„A világ
sokkal csillogóbb,
ha az elménk
nem túl csillogó”

„Ha egy lánnyal
jársz, gondolj
a nővéredre”

KEPES ANDRÁS

„Szikrázó mondatok”

„Megint lány!”

„Aki normális,
azt kikiáltják
zseninek...”

„Könnyebb sikeressé válni, mint megérdemelni a sikert”

„Rosszul
születünk!”

A BOLDOG HÜLYE ÉS AZ OKOS DEPRESSZIÓS

„A szenvedés gyökere a szellemi vakság”

„A boldogság
a katasztrófák
üzemzavara.”

„Semmi sem
sikeresebb,
mint a siker
illúziója”

„Hová tűnik az öklöm, ha kitárom a tenyerem?”

„A valóság alaptermészete a bizonytalanság”

„Ha egy nő mellett lekötném az életem...”

„A tudós agyával,
a festő szemével,
a költő szívével”

„Légy
a legjobb!”

Libri

KEPES ANDRÁS

A BOLDOG HÜLYE ÉS AZ OKOS DEPRESSZIÓS

Libri

Felelős kiadó a Libri Kiadó ügyvezetője
Felelős szerkesztő Déri Ákos
Olvasószerkesztő Török Tünde
Borítóterv Tillai Tamás
Műszaki szerkesztő Széplaki Gyöngyi
Nyomdai előkészítés Kaposvári Franciska

Elektronikus verzió eKönyv Magyarország Kft.
www.ekonyv.hu
Készítette Békyné Kiss Adrien

ISBN 978-963-433-849-9

Marcsinak, Julinak, Borinak, Rozinak,
Katának, Lujzinak, Lukácsnak,
Brunónak, Hannának, Misinek,
Gazsinak és Panninak

Köszönet

A tudósok a kutatásaikra hivatkoznak, a pszichiáterek és a pszichológusok a pácienseik történeteire. Az én „kutatási és kísérleti terepem” a családom, ők érintenek meg legmélyebben, őket ismerem legjobban. Nekik tartozom elsősorban köszönettel a szeretetükért és a türelmükért, hogy még azt a kellemetlen szokásomat is elnézik, hogy folyton velük példálózom.

Köszönöm Forgács Józsefnek (Joseph P. Forgas), tudós barátomnak és kedvenc vitapartneremnek, hogy felhívta a figyelmemet fontos pszichológiai forrásokra, és késhegyig menő, szeretetteljes vitáinkban inspirálta, kritikáival segítette könyvem alakulását.

Köszönöm Tömpe Jánosnak, „legjobb barátomnak”, aki már gyerekkorunkban, az iskolában is mindig súgott nekem, és aki ezt a jó szokását megtartotta könyvem természettudományos részleteinek fogalmazásakor is.

Végül köszönettel tartozom Halmos Ádámnak, a Libri Kiadó igazgatójának, akinél jobban kevesen tudnak engem lelkesíteni, és aki hasznos tanácsokkal látott el a kötet végleges formájának kialakításánál, valamint a Libri egész stábjának a sok segítségért.

„A hülyének szerencséje van!”

„Manapság az ember intelligens és depressziós, vagy boldog és hülye” – írta Popper Péter. A bölcs pszichológus aranyköpése mögül ugyan kikandikál a keserű irónia, de úgy gondoltam, talán mégis érdemes legalább egy gondolatkísérlet erejéig komolyan venni ezt az észrevételt, mert sok ember közérzetét tükrözi. Manapság különösen. Vajon miért gondolják az emberek, hogy a tudatlanság boldogság, miközben valamennyien szeretnénk boldogok és egyben okosak is lenni, és valami ilyesmit kívánunk a gyerekeinknek is. Úgy döntöttem, a tudomány segítségével, különböző kultúrák elképzeléseire és saját élettapasztalataimra támaszkodva végére járok, egyáltalán lehetséges-e ez? Erről a hiú kísérletről szól ez a könyv.

A feladatot megnehezíti, hogy Popper Péter idézetének egyik szava sem egyértelmű. Mert kit nevezhetünk intelligensnek és kit hülyének, mit jelent a boldogság, és jól használjuk-e a „depressziós” szót?

A 20. század háborúk, forradalmak, gazdasági válságok szaggatta évtizedei és embernyomorító ideológiái mellett a tudomány forradalmának évszázada is volt. Az

atomfizika, a mesterséges intelligencia, a biokémia és az orvostudomány fejlődése átalakította az életünket, de a tudományos eredmények és következményeik megértéséig nem jutottunk el; a világot egyre bonyolultabbnak érzékeljük. Elbizonytalanodtunk. Aki a járványok, a klímakatasztrófa, a migrációs válság fenyegető árnyékában igyekszik átlátni a politika, az üzleti világ, a tudomány és a társadalom egymásba fonódó sűrű szövedékén, akit megvisel, hogy a szeme láttára foszlanak szét a hagyományos értékek, erkölcsi normák és gondolkodási modellek, az többnyire magába roskad. Alighanem őket nevezi Popper depressziós intelligensnek. Aki pedig fel sem fogja, mi történik körülötte, vagy szándékosan a homokba dugja a fejét, hogy megkímélje magát a nyomasztó valóságtól, gondolom, az lehet szerinte a boldog hülye.

Ha megpróbáljuk elemezni Popper Péter megállapítását, látjuk, a kijelentés minimum három állítást tartalmaz:

1. Manapság, aki intelligens, az depressziós.
2. Manapság, aki boldog, az hülye.
3. Manapság csupán ez a két lehetőségünk van.

Hol kezdjük? *„A világon két dolog végtelen: a*

világegyetem és az emberi hülyeség. De az elsőben nem vagyok biztos” – mondta Albert Einstein, mintegy kijelölve a csökkent értelmi képesség meghatározó szerepét az emberi kultúrában. Úgy tűnik, az együgyűség megérdemli, hogy vele kezdjük a vizsgálatunkat. Előrebocsátva: attól, hogy ilyen fennhéjázva beszélünk az ostobákról, éppenséggel az is előfordulhat, hogy mi is közéjük tartozunk, csak még nem ismertük fel. *„Ha a balga tudja, hogy buta, legalább ennyi esze van. De ha bölcsnek hiszi magát, akkor már igazán bolond”* – figyelmeztet Buddha.

A hülye és a bolond látszólag szinonimák. Gyerekkoromban mégis azt tanították, hogy a hülye, akárcsak a marha, csúnya szó, és a szüleink ránk szóltak, ha veszekedés közben ilyeneket mondtunk egymásnak. De míg a marha például a hentesnél nem számított csúnya szónak, a hülyét a hentesnél se lehetett mondani, a mesékben pedig az udvari bolond kimondottan okos volt. A „bolond” jelzőt a szüleink is használták, sajnálkozó hangon mondták: „szegény bolond”.

A Pozsonyi úton gyerekkoromban még villamos csörömpölt, és megállt a Sziget utca sarkán is, ahol laktunk. De nem csak a tizenötös villamos járt arra, ott közlekedett egy középkorú férfi is, aki tizenötös villamosnak képzelte magát. Ő volt a „szegény bolond”, ahogy a szüleim emlegették. Azt se értettem, hogy ha én

villamosost játszottam, rám azt mondták, milyen aranyos vagyok, engem senki nem sajnált. Akkor őt miért? Hiszen a felnőttek is annyi mindent játszanak: orvosost, boltost, házépítőst, papás-mamást, katonásdit. Elmosódott még számomra a határ a képzelet és a képzelődés között. Az ember, aki villamos volt, nem tűnt se szegénynek, se boldogtalannak, mert miután – ahogy a felnőttek mesélték – kirúgták a Beszkárttól, ahol villamosvezető volt, villamosként továbbra is hasznosnak érezhette magát. Kopott posztókabátban, lehajtott füles sapkában, két karját könyökben meghajlítva, kiszámíthatatlan menetrend szerint rótta a villamos útját, és én izgatottan lestem a gyerekszoba ablakából, mikor tűnik fel. Ha valódi, sárga kollégái utolérték, ő illedelmesen félreállt, majd folytatta az útját, leszegett fejjel, szelíd, kék szemével, kötelességtudóan meredve a sínekre. Minden megállóban megállt, magas, rekedtes hangján még a csengőt is utánozta. Persze senki nem szállt fel rá. Féltem tőle. Az ötvenes évek elején jártunk, a felnőttek is sok mindentől féltek, és mintha kicsit irigyelték volna az embert, aki boldog villamos volt, mert ha meglátták, azt mondták: „A hülyének szerencséje van!”.

Gyakori vélekedés, hogy az ostobáknak könnyebb dolguk van az életben, hogy aki hülye, az boldog. Csakhogy

ennek a nézetnek ellentmond a tapasztalat. Az állítás ugyanis azt feltételezné, hogy nem léteznek boldogtalan hülyék, holott naponta találkozunk zsörtölődő, gyűlölködő, ostoba emberekkel az életben és a neten. Fogadjuk el amolyan részkövetkeztetésként tehát, hogy nemcsak az intelligens lehet depressziós, hanem a hülye is. Márpedig, ha az intelligens, a hülye, a depressziós és a boldog párba állítható variációit vesszük – úgy is, mint: boldog hülye, boldog okos, depressziós okos, depressziós hülye –, akkor ez utóbbi kétségkívül a legpechesebb változat.

Abban tehát megegyezhetünk, hogy nem minden hülye boldog. De vajon valóban minden boldog hülye? És aki intelligens, nem lehet boldog? Popper Péter idézetéből legalábbis erre következtethetünk, ha kilúgozzuk belőle az iróniát.

De ki az okos? Az okost és az intelligenst is többnyire szinonimaként használják, mint a hülyét és a bolondot, és gyakori válasz, hogy intelligens az, akit az intelligenciatesztek annak mérnek. Az intelligenciatesztek azonban nem az abszolút értelemben vett szellemi képességet vizsgálják, ahogy azt sokan vélik, hanem hogy valakinek bizonyos problémamegoldó készségei hogyan viszonyulnak a többi ember hasonló

adottságaihoz egy konkrét társadalomban, illetve korosztályban.

Az IQ-tesztekben 100 pontra kalibrálták az átlagot, a normális eloszlás meredeken emelkedő haranggörbéjének elején az alacsony, a vége felé pedig a kiemelkedően magas intelligenciahányadost találjuk. Az emberek döntő többségének intelligenciahányadosa a 85 és a 115 közötti tartományban van. A 70 pont alatti, illetve a 130 feletti pontszám az emberiség 2-2%-ára jellemző. 70 pont alatt értelmi fogyatékosságról beszélünk, a 130 pont felettieket pedig kiemelkedő képességűeknek nevezik. Európában léteznek nemzeti IQ-felmérések is, ezek szerint a magyar és a lengyel átlag 99 pont, az Egyesült Királyságé kereken 100, Ausztria, Németország, Olaszország, Hollandia, Svédország, Svájc, Belgium átlaga pedig 2-3 ponttal magasabb a miénknél.

Hogy aztán ki hogyan értékeli a saját képességeit, az is jellemző. A jóisten valószínűleg az észt osztotta el legigazságosabban az emberek között, mert panaszkodnak arra, hogy nincs elég pénzük, nem elég sikeresek, nem elég egészségesek, nem elég szerencsések, de hogy nem jutott nekik elegendő ész, arra nem szoktak panaszkodni. A kutatások szerint az emberek 94%-a magasabbra taksálja az értelmi képességét a valódi szintjénél. Teller Ede, a nagyszerű atomfizikus viszont, amikor egy interjúban megkérdezték tőle, hogy ő hogyan

lett zseni, azt felelte: „én nem vagyok zseni, csak az emberiség 98 százaléka idióta, és ezért azt a 2 százalékot, aki normális, kikiáltják zseninek”.

A hagyományos IQ-tesztek három területre helyezik a hangsúlyt:

1. A *nyelvi intelligenciára,* ami azt jelenti, hogy valakinek milyen a beszéd- és vitakészsége, milyen a szövegértése és mennyire jó mesélő. Vannak, akik a humort is ide sorolják.
2. A *logikai intelligenciára,* ami a matematikai műveletek megoldásának készségét, a problémák tudományos elemzésének és az érvelések logikus felépítésének képességét mutatja.
3. A harmadik pedig a *vizuális-térbeli intelligencia.* Akinek magas, az ismeretlen helyeken is jól tájékozódik, könnyen felismeri a formákat és jó a vizuális memóriája.

Balanyi Bibiána, a Mensa HungarIQa egykori elnöke engem is rá akart beszélni egy tesztre, azt állította, olyan tapasztalata van ezen a téren, hogy biztos benne, nekem kiemelkedően magas az intelligenciahányadosom. Én viszont tudtam magamról, hogy a hasonló logikai tesztektől leblokkolok. Amikor meglátok egy olyan kérdést, hogy ha a négyzetben balra vonal, a másikon

felül vonal, a harmadikon pedig átlós vonal, ha a rajzon az egyik nőnek két kontya van, a másiknak három feje, a harmadiknak pedig nincs füle, akkor mi jön utána? – akkor nekem égnek áll a hajam. Egyáltalán nem érdekel, mi jön utána! Ráadásul rosszul tájékozódom, folyton eltévedek, mert közben máson jár az eszem, és még egy gyerekágy összeszerelése is megoldhatatlan feladatnak tűnik. Különösen, ha a gyári furatok rossz helyen vannak. Márpedig nekem mindig úgy tűnik, hogy rossz helyen vannak! S noha a verbális részben talán jól teljesítenék, ez nem az a feladat, ahol abban bízhatnék, hogy majd kidumálom magam. Egy ilyen teszten csak veszíthetek, gondoltam, hiszen, ha kiderül, hogy az IQ-m kiveri a plafont, ahogy Bibiána feltételezte, akkor ő majd azt mondja: „na, ugye, megmondtam”. De ha nem? Akkor darabokra hullik az önbecsülésem. Így aztán inkább megelégedtem az ő hízelgő feltételezésével…

Az IQ-tesztek kétségkívül sok mindenre alkalmasak, hiszen okos emberek készítették és régóta használják, de ennek némileg ellentmond az érettségi találkozók gyakori élménye. Nyilván mások is tapasztalták, hogy sokan, akik az iskolában kitűnő bizonyítvánnyal dicsekedhettek, végül mégsem lettek olyan sikeresek az életben, mint ahogy az iskolai előmenetelük alapján számíthattunk rá. Mások meg, akik annak idején könnyes szemmel könyörögtek a tanároknak egy kettesért, hatalmas

limuzinnal, drága öltönyben érkeznek az osztálytalálkozóra, és percekig sorolják a sikeres vállalkozásaikat. Hogy az ő IQ-juk mekkora volt, azt nem tudom, de kétségkívül tudhattak valamit, amit a közoktatás nem mért, csak az élet. Ha valakinek jó üzleti vagy műszaki érzeke van, aki képes könnyen megtanulni bonyolult mozgáskombinációkat, aki remekműveket komponál, aki komplett nagyzenekari partitúrákat fejből dirigál, aki ráérez mások rejtett érzelmeire, aki tudatosan és mélyen képes elemezni önmagát, aki érzékeny a természet legapróbb részleteire, az nem intelligens?

Howard Gardner szerint a kérdést nem úgy kell feltenni, hogy okosak vagyunk-e, hanem hogy miben és hogyan vagyunk okosak. A professzor az intelligencia fogalomkörét kiegészítette a zenei (muzikalitás, ritmusérzék), a testi-kinetikus (mozgás), az intraperszonális (a magunkra vonatkozó elmélyülés és önelemzés), az interperszonális (az emberi kapcsolatokra, az empátiára vonatkozó) képességekkel, ami később tovább bővült a naturalista (a természetet megfigyelő és értő), a spirituális és az egzisztenciális intelligenciával. Gardner, ma már egyre elfogadottabb elmélete szerint az intelligencia valójában a különböző területek egyedi keveréke, miközben a klasszikus IQ-teória elfogadottsága sem csökkent.

Amikor évtizedekkel ezelőtt egy felmérésben

megkérdezték a munkaadókat, szerintük melyek a jó munkatárs legfontosabb képességei, akkor meglepetésre a felsorolt erények 67%-a nem a logikai készségekkel, nem is a szakmai gyakorlattal, hanem az érzelmekkel, az általános viselkedéssel volt kapcsolatos. Például, hogy képesek-e odafigyelni másokra, tudnak-e kommunikálni a kollégákkal, képesek-e rugalmasan alkalmazkodni a változásokhoz és túllépni a nehézségeken, magabiztosak-e, van-e elhivatottságuk és alázatuk a munkájuk iránt, tudnak-e együttműködni és konfliktusokat kezelni, derűsen szemlélik-e a világot? Ezeket a képességeket érzelmi intelligenciának, EQ-nak nevezik. Goleman sikerkönyve, noha tudományosan számos kritikát kapott, továbbra is népszerű az üzleti világban és a hétköznapi életben, ahol az önismeret, az önszabályozás, a motiváció és a társas készségek igénye sok területen megelőzi a szakmai és a logikai rátermettséget. Az IQ velünk született, és a kamaszkor után már alig változik, jó hír viszont, hogy az érzelmi intelligencia állítólag fejleszthető.

Miután kicsit körüljártuk, hogy ki a hülye és ki az okos, nekiveselkedhetünk a kérdésnek, hogy lehet-e boldog az, aki okos, illetve feltétlenül hülye-e, aki boldog? Ehhez viszont nem ártana először tisztázni: mi a boldogság?

Karinthy Ferenc (Cini) mesélte, hogy Déry Tiborral utaztak a vonaton. Alkonyodott, leszállt a köd, és ahogy az

ablakban könyökölve nézték a tájat, a távolban feltűnt egy csöndes kis tanya, mécs pislákolt az apró ház ablakában. Akkor az idősebb író elmélázott, „Látod, Cini, milyen érdekes? Itt száguld két sikeres író a luxusvonaton, és mégis úgy gondoljuk, hogy a boldogság ott, abban a kis házban lakik. Ők meg kitekintenek a kunyhó ablakán, nézik, ahogy elsuhan a kivilágított luxusvonat, és azt mondják: ott lakik a boldogság!” Cininek tetszett a példabeszéd, megjegyezte. Aztán, mit tesz isten, sok évvel később ismét Déryvel utaztak egy írókonferenciára, könyököltek az ablakban, és ismét feltűnt a távolban egy meghitt kis tanya. Most ugratásból Cini, a nagy tréfacsináló kezdte mondani Déry egykori történetét. „Mit szólsz hozzá, Tibor bátyám, ha innen nézzük, ott lakik a boldogság, ha onnan nézik, itt lakik a boldogság.” Déry figyelmesen hallgatta, aztán a fejét csóválva azt kérdezte: „Te mondd, Cini, ha neked ilyen szép gondolataid vannak, miért írsz olyan rossz könyveket?”

Általánosan elfogadott definíció, hogy a boldogság „szubjektív jóllét”. De ami szubjektív, az mindenki számára mást jelent. Talán szerencsésebb, ha először megpróbálunk utánajárni annak, hol keresik az emberek a választ a boldogságra.

Szikrázó mondatok

A könyvesboltok polcai roskadoznak az önsegítő könyvektől, amelyek azt ígérik, elmagyarázzák nekünk, mi a boldogság, sőt, megtanítanak minket, hogyan legyünk boldogok és sikeresek. Az interneten böngészve egymást érik a boldogságterapeuták és sikertrénerek, akik – legalábbis azok, akiknek megy az üzlet – kétségkívül boldognak és sikeresnek tűnnek. Hogy aztán a klienseik mit tudnak hasznosítani a tanultakból, azt csak ők tudják.

A könyvkiadók megfigyelései mindenesetre azt mutatják, hogy a boldogság- és sikerkönyvek fő vásárlói a boldogság- és sikerkönyvek vásárlói. Ez, első hallásra önismétlésnek tűnhet, ám valójában inkább elgondolkodtató: ha az önsegítő könyvek használnak, vajon mi szükség van arra, hogy valaki újabbakat és újabbakat vásároljon? Én legalábbis úgy vagyok vele, hogy ha van egy jól működő mosógépem vagy hűtőszekrényem, nem veszek rögtön újabbat.

De ne legyünk igazságtalanok, nyilvánvalóan van hasznos és kevésbé hasznos önsegítő könyv, csak a könnyen fogyasztható változatokat kínáló sarlatánság,

mint minden más területen, itt is kikezdi a valódi értékek hitelét.

Az önsegítő tréningek legegyszerűbb változatai azok, amelyek az önbecsülésünk fejlesztésére bazíroznak, és arra biztatnak, győzzük meg önmagunkat. Mondjuk, ha az a vágyunk, hogy – Popper Péter jóslata ellenére – legyünk mégis egyszerre boldogok és okosak, akkor álljunk a tükör elé, és mondjuk el naponta többször, hogy „boldog vagyok, okos vagyok, boldog vagyok, okos vagyok”, aztán apránként azon kapjuk magunkat, hogy egyre okosabbak és boldogabbak leszünk.

Nyitott szellemnek tartom magam, annyi mindenbe belekóstoltam már az életben, gondoltam ezt is kipróbálom; én leszek az élő példa, hogy igenis lehet valaki egyszerre intelligens és boldog.

Reggel, az előírásnak megfelelően, kinyitottam a fürdőszoba ablakát, a hűs levegő állítólag felfrissíti az agyat, aztán megálltam a tükör előtt, mélyen belenéztem a saját szemembe, és mantrázni kezdtem: „okos vagyok, boldog vagyok, okos vagyok, boldog vagyok”.

Az első nap egész jól ment. Ugyan nem állítom, hogy okosabb vagy boldogabb lettem volna, de röhögés nélkül kibírtam. A gond a második nap kezdődött. Álltam a tükör előtt, mondogattam, hogy okos vagyok, boldog vagyok, de ahogy eltökélt arcomat néztem a tükörben, a szemem letévedt a hasamra, azt kezdtem figyelni, hogy mintha az

elmúlt hetekben felszedtem volna néhány kilót, és egy kis pocakot eresztettem volna. Nem nagyot, épp csak akkorát, hogy idegesítsen. Ez teljesen elterelte a figyelmemet, két ujjammal összecsippentve a hájacskát, már csak a hasammal tudtam foglalkozni, és közben arra gondoltam, hogy lehetnék boldog, ha már ez a kis súlyfölösleg is boldogtalanná tesz? Holott, folytattam a saját gondolatomat, igazán nem kellene, hogy zavarjon, hiszen az íróasztalomon, az orrom előtt áll a boldogság és a szerencse távol-keleti szentje, Pu-taj. Márpedig a zen szerzetesnek – akit tévesen „nevető Buddhának” is neveznek – hatalmas pocakja van, lám, mégis milyen vidám és boldog. Én meg ezen a néhány dekán bosszankodom? Micsoda nevetséges hiúság!

Igyekeztem visszaterelni a figyelmemet a feladatra, mondogattam tovább a mantrát. Éppen ott tartottam, hogy okos vagyok, mikor az jutott az eszembe, ha tényleg olyan okos lennék, vajon itt álldogálnék-e egy szál gatyában a tükör előtt és győzködném magam? Működésbe lépett az a képességünk, hogy folyamatosan ellenőrizzük, mérlegeljük a gondolkodásunkat és a tudásunkat. Önszuggesztiós igyekezetem elvérzett az önismeretemen és az önkritikámon.

Azt gondolnánk, ezek a módszerek, ha nem is használnak, legalább nem ártanak. Joanne Wood ennek az ellenkezőjét tapasztalta. Az egyik kísérletében az

alacsony önértékelésű, illetve a magas önértékelésű alanyokat külön csoportra osztotta. Egy csengő hangra azt kellett magukban ismételgetniük, hogy „szeretetre méltó vagyok”. Különféle mérési módszerekkel megállapította, hogy az alacsony önértékelésű alanyok a gyakorlat után sokkal rosszabbul érezték magukat. Ők eleve nem tartották magukat szeretetre méltónak, és az önértékelésükkel ellentétes mantra csak megerősítette őket a negatív érzésükben.

Az önbecsülésünk növelésére épülő elméletek valójában fordított logikára épülnek. Nem azért érünk el jó eredményeket, mert jó az önbecsülésünk, hanem azért jó az önbecsülésünk, mert sikeresek vagyunk. Az autokratikus rendszerek is abban a tévedésben ringatják magukat, hogy amennyiben a központi propaganda kizárólag a sikereket mantrázza, akkor ezzel sikerülhet átmosni a tömegek agyát, és az emberek végül majd úgy érzik, valóban boldogok. Aki pedig nem hiszi, az ellenzéki, vagy ahogy a Rákosi-korszakban mondták, a „hamistudata zsákutcájában vergődik”. Azonban a zsarnoki rendszereknek van egy, a politikai ellenzéknél is sokkal kérlelhetetlenebb ellenzéke: a valóság. Hosszú távon nem lehet megváltoztatni valakinek a gondolkodását és a viselkedését anélkül, hogy ne változtatnánk meg a körülményeit.

Pu-taj szobrocskám egyébként különleges, egyedi

darab. A boldogság keleti szentjének ilyen ábrázolását legalábbis sehol másutt nem láttam, sőt, amikor Terebess Gábort, a nemzetközi hírű zen-szakértőt kérdeztem, azt mondta, ő se hallott hasonlóról. Ha megfigyeljük az én kis Pu-tajomat, azt látjuk, hogy egy embert visz a hátán, holott a különböző ábrázolásokon a szerzetes legfeljebb zsákot szokott cipelni, vagy kincsekkel csordultig telt edényt tart a kezében, a bőség jeléül. Ha alaposan megvizsgáljuk a két arcot, a szerzetesét és a hátán kapaszkodó emberkéét, kiderül, hogy Pu-taj saját magát cipeli a hátán. Amikor Polgár Judittól és férjétől, Gusztitól megkaptam ezt a kedves ajándékot, a miniatűr figura magyarázatán kezdtem töprengeni, hiszen ez valójában egy necuke, a kimonó selyemöve alá bújtatott, zsinóron függő tároló rögzítésére szolgáló, két-három centis faragott gombocska, és azokhoz mindig tanmese tartozik. Ezek a történetek, csakúgy, mint a zen koanok, többnyire leásnak a tudattalanba, így segítik a megvilágosodást.

Tessék, lehet leásni, spekulálni, kinek mit üzen ez a necuke! Később elárulom a saját megfejtésemet.

Visszatérve „önsegítő tréningem” kudarcához, a fiaskóm természetesen nem jelenti azt, hogy ne hinnék a szavak súlyában és erejében, hiszen ez a könyv többek között éppen arról szól, milyen fontos szerepet játszanak az életünkben a tudatalattinkba beégett mondatok. De más az, amikor öntudatlanul sülnek bele meghatározó

szavak és események az emlékezetünkbe, és más, amikor tudatosan, erőnek erejével próbáljuk meg belepasszírozni.

Lona néni jutott az eszembe, akivel harminc éve találkoztam. Egy szuterénlakásban lakott a Várnegyed egyik ódon házában, a fél méter vastag fal öblében megbúvó ablakon át csak a járókelők lábait lehetett látni, amint kopogva lépkedtek a macskaköveken. A szobát a grófi család emlékei díszítették: címer, oklevelek, fényképek. Amikor a megkopott fényű biedermeier almárium ereklyéit vizsgálva az életéről kérdezgettem, Lona néni halkan azt mondta: „Nem a tárgyak a múlt igazi lenyomatai!”. Azt állította, kilencvenéves korunkban az életünk legfontosabb eseményei értelmezhető képpé állnak össze, akár egy kirakójátékban. Csak a lényeg marad meg, a felesleges dolgok kihullanak, mint például a nevek, a helyszínek, vagy a dátumok. Ő például nem emlékezett már, mikor és hol volt az első bálja tizenhat évesen, de vissza tudta idézni csinos táncosának illatát, évtizedek után is a szájában érezte az első csók ízét, és a bőre őrizte férje simogatását. Már nem emlékezett az évszámra és az ÁVH-s tiszt nevére, aki az ötvenes években átadta neki a kitelepítési határozatot, de azóta sem tudja kitörölni az emlékezetéből a szilvakék parolis férfi megvető pillantását.

Ahogy Lona néni szerint emlékezetes illatokból,

tekintetekből, gesztusokból, érzelmekből áll össze a lényeg, úgy egyes szavak és mondatok is beleégnek az agyunkba, a legváratlanabb pillanatokban felszikráznak és meghatározzák az értékrendünket, tudat alatt irányítanak bennünket, felemelnek és inspirálnak, vagy épp letaglóznak, és traumaként hurcoljuk őket egy életen át. Van köztük olyan, amit szüleink, barátaink, ellenségeink mondtak nekünk, más mondatokat olvastunk valahol, és van, amit mi mondtunk másoknak: gyerekeinknek, szüleinknek, ismerőseinknek. Hány olyan kijelentésünk volt, amit ma már szégyellünk, vagy amit jó szándékkal mondtunk ugyan, mégsem úgy sült el, ahogy terveztük, esetleg más összefüggésbe kerülve módosult az értelmük. Ezek a *szikrázó mondatok* is amolyan leszűrt lényegét képezik az életünk során örvényként körülöttünk kavargó gondolatáradatnak.

Mindezt talán könnyebb megérteni, ha kicsit felfrissítjük az ismereteinket az agyunk működéséről. Az agyunk a létező legtökéletesebb számítógép, ami közel 100 milliárd neuronból, vagyis idegsejtből és azok nyúlványaiból áll. Valójában a legmodernebb számítógépek is az agyunk mintájára épültek, de megközelíteni sem tudják a komplexitását. A neuronok is képesek információkat tárolni és megosztani egymással a transzmitterek

segítségével. Amikor új információ, új tapasztalat ér bennünket, a neuronok között új szinaptikus kapcsolatok keletkeznek az agyunk tudatos részében, az agykéregben. A tüzelő neuronok aztán kisebb-nagyobb hálózatokat alkotnak, mintha áramkörök volnának.

A bennünket érő élmények során az érzékszerveink látvány, illat, hang, íz és tapintás információkat gyűjtenek a környezetből, és amikor ezeket az információkat az agyunk elkezdi feldolgozni, a neuronok mintázatokba szerveződnek. Ahogy a neuronok elrendeződnek, biokémiai anyagot bocsátanak ki, amit az érzelmi agy, a limbikus rendszer dolgoz fel és tárol.

Minél nagyobb érzelmet vált ki egy élmény – ennek különböző testi jelei is vannak, szaporább lesz a pulzusunk, megváltozik a légzésünk, kitágul a pupillánk, megváltozik az izomtónusunk, a testtartásunk stb. –, annál jobban odafigyelünk rá, annál mélyebb nyomot hagy. Ezekről az eseményekről pillanatképek villannak az agyunkba, és az emléket megőrzi a testünk is. A hosszú távú memória ezekre az érzelmi fényképalbumokra és testi benyomásokra épül.

Valójában dátumokat is vissza tudunk idézni, ha erős érzelmek fűződnek hozzá. Én például szinte minden részletére emlékszem 2001 szeptember 11-ének. Gerlóczy doktor fogorvosi várójában voltunk a feleségemmel, amikor meghallottuk a hírt. Félredobva az illemet,

benyitottam a rendelőbe, „Pali, bombázzák New Yorkot!” – mondtam elfúló hangon. „Ne viccelj!” – felelte, de tudta, ilyennel nem szokás viccelni, és együtt néztük a hihetetlen, megrázó jeleneteket, ami Palit – minthogy Amerikában nőtt fel – még közelebbről érintette.

1956. november 4-e is élénken él az emlékezetemben, pontosabban azok az események, amelyek nyolcévesen velem történtek akkor. Szüleim külföldön dolgoztak, a nővéremmel intézetben voltunk a Gellért-hegyen. Hajnalban arra ébredtünk, hogy villanások cikáznak az égen, és a felhős égboltot megvilágító távoli fényeket Pest felől égzengés követte. Ágyúdörgés volt. Aznap vonultak be a szovjet csapatok, hogy leverjék a forradalmat.

Két tank gördült az intézet kertjébe, az épület két oldalára. Amit előző nap még pompás kilátásnak neveztek, hirtelen stratégiailag előnyös pozícióvá változott; a kertből be lehetett lőni a várost. A katonák behatoltak az épületbe, és átvizsgálták a pincétől a padlásig, nem fenyegeti-e őket veszély közvetlen közelről. A nevelők idegesen toporogtak, gyenge orosztudásukkal magyarázkodtak, mi, gyerekek az ő félelmüket és szorongásukat vettük át. Amikor a katonák megbizonyosodtak róla, hogy az épületben csak gyerekek és nevelők vannak, láthatólag zavarba jöttek az idétlen helyzettől, hogy géppisztollyal kutattak át egy gyerekintézményt.

Alig egy évtizeddel a második világháború befejezése után a nevelőknek még élénk emlékei lehettek a megszálló szovjet csapatok viselt dolgairól, de az ötvenes években bennünket, gyerekeket az óvodában arra neveltek, hogy a felszabadító, hős szovjet katonák a barátaink, nem értettem, akkor most miért kell félnünk tőlük. A parancsnok is próbálta oldani a helyzetet, a zubbonya zsebéből elővette tárcáját, kivette a gyereke fényképét, és odanyújtotta a hozzá legközelebb álló nevelőnek. A nevelő zavartan átvette, megnézte, bólintott, majd továbbadta. Némán, kézről kézre járt az akkor körülbelül velem egyidős, kerek fejű, kopaszra nyírt orosz kisfiú képe, mindenki bólintott és továbbadta. A parancsnok láthatóan várta az elismerést, vagy legalább a megértést, hogy lássuk be, ő is apa, ha most éppen megszálló katonának szólította is a szovjet haza és a kötelesség. De mindenki továbbra is csak megrettent arccal bámult rá.

Akkor hirtelen ötlettől vezérelve, ma sem értem, hogy jutott az eszembe, elé álltam, és elkezdtem énekelni az egyetlen orosz dalt, amit tudtam: „ggyi éta ulicá, ggyi éta dom, ggyi étá gyévocská, kto já ljubjom…”. A tiszt elképedve bámulta a vigyázzállásban előtte feszítő apró termetű, pipaszár lábú kollaboránst. Öklével megtörölte a szemét, és kutatni kezdett a zsebében. Aztán, mint aki meggondolta magát, a pisztolytáskájából elővette a

fegyverét. Mindenki megdermedt. A tiszt hüvelykujjával rutinosan kikattintotta a tárat, felhúzta a csövet, megnézte, nem maradt-e benne töltény, előírásszerűen a föld felé fordítva elsütötte, és átnyújtotta nekem. Nyilván meg akart jutalmazni. Cukorkát vagy csokoládét keresett a zsebében, de nem talált, viszont saját gyerekétől is tudhatta, hogy egy nyolcéves kisfiú számára nem lehet nagyobb ajándék, mint hogy a műanyag játékpisztolyok után életében először kézbe vehet egy valódi, súlyos, kékes acélú fegyvert. És talán szimbolikusan azt is jelezni akarta, hogy megadja magát.

Szóval, végül is nyolcévesen lefegyvereztem egy megszálló tisztet. Akár jelentkezhettem volna az ötvenhatos ellenállók szövetségébe.

A meghatározó események mögött mindig mélyen átélt pozitív vagy negatív érzelmek vannak. Úgy gondolom, lényegében ez az alapvető különbség a *szikrázó mondatok* és a „boldog vagyok, okos vagyok” típusú felszínes, önszuggeráló tréningek között is.

Manapság a pozitív pszichológiához kötődő technikákban is népszerűek az önszuggesztiós és a vizualizációs eljárások. A módszer atyjának Émile Coué-t tekintik. A francia gyógyszerész és pszichológus megfigyelte azt a ma már általánosnak mondható orvosi

tapasztalatot, hogy hatásosabbak a gyógyszerek és a gyógymód, ha az orvos a beteg lelkére is odafigyel, ha a páciens hisz a gyógymódban és a gyógyulásában.

Ha a 19. században élt Coué-t tekintjük az önhipnózis atyjának, akkor a nagyapa a 18. századi Franz Anton Mesmer, akitől a hipnózis modern kori történetét számítják. Rozi és Kata lányom anyai ágon mellesleg Mesmer doktor leszármazottjai. De ezeknek a módszereknek nemcsak atyja és nagyapja volt, hanem dédapja, ükapja és szépapja is, hiszen a hipnózist már az őskorban a sámánok is alkalmazták. Az ókori Egyiptomból, Indiából és a korai kereszténység idejéből pedig a gyógyítás hasonló megoldásairól írásos emlékek is fennmaradtak.

Vannak, akik a mai napig vitatják a hasonló terápiák hasznát, ami a módszert nem akadályozza meg abban, hogy sok embernél működjön. Egyre elfogadottabb a vélemény és tapasztalat, hogy az erős pozitív élményeket csakúgy, mint a traumákat egy életen át cipeljük magunkkal a tudatunk rejtett zugaiban, a testünkben és a mozdulatainkban. A traumák szervi és lelki elváltozásokat, életvezetési és testi elakadásokat okozhatnak, amik akár több generáción át örökölhetők. Megfelelő módszerekkel, meditációval, (ön)hipnózissal, testtudatos technikákkal hatékonyan lehet gyógyítani, szabályozni, újratanítani a rossz beidegződéseket, ami jól

kiegészítheti a hagyományos orvosi kezeléseket.

Hogy visszatérjek a Pu-taj szobrocskám megfejtésére, számomra a necuke tanmeséje is valami hasonlóról szól. Hogy a boldogságot ne zsákokban és edényekben hurcolható anyagi javakban keressük, mint amit a többi Pu-taj ábrázolás sugall; ne mástól, ne szerencsétől, ne égi vagy földi hatalomtól várjuk. A sorsunkat és a boldogság lehetőségét magunkban hordozzuk, magunkat cipeljük a saját hátunkon egy életen át.

A Facebookon látszólag többnyire mindenki boldog; boldog születésnapja és boldog névnapja van, örvendezhetünk új frizurájának, jól sikerült profilképének, szerető párjának, gyönyörű családjának, gyermeke újabb sikerének, továbbá, hogy milyen káprázatos helyekre utazik, milyen jókat eszik-iszik. És mindjárt késztetést is éreznek, hogy az örömüket, sőt a táplálkozásukat is megosszák velünk. Mi meg csak szorongunk. „Mi a fene? Mindenki boldog, csak mi szomorkodunk, mérgelődünk, bosszankodunk, sírdogálunk néha?" De inkább mi is megosztjuk az arcunkra erőltetett smiley-maszkot, hadd lássák az emberek, bennünket sem kell sajnálni, kicsit azért mi is

boldogok vagyunk ám. Cserébe csupán egy felemelt hüvelykujjat, szívecskét, pár jó szót várunk. Sok embernek manapság csak ennyi figyelem jut.

Az emberek tapasztalatból tudják, hogy a boldogtalan ember társaságát kevésbé keresik, a pszichológia is foglalkozik ezzel, a hálózatelmélet pedig tudományosan is bizonyítja, hogy a sikeresek, a pozitív életszemléletűek a legsűrűbb csomópontok az emberi hálózatokban.

Hiába figyelmeztet tehát az én apró Pu-tajom, hogy a boldogságunkat magunkkal cipeljük, mi mégis reklámokhoz, sztárokhoz, film- és regénykarakterekhez, azaz más, boldognak tartott emberekhez vonzódunk, az ő szubjektív jóllétükkel igyekszünk összevetni a saját szubjektív jóllétünket. Mindez arra utal, hogy a szubjektív jóllétben mégiscsak kell lenni valami objektívnek, legalábbis valami összehasonlíthatónak.

„A szenvedés gyökere a szellemi vakság”

Mi lehet a közös a boldogságban, amit valamennyien annak nevezünk? Mikor szoktuk azt mondani, hogy boldogok vagyunk? Egy önfeledt szerelmeskedés közben, gyermekünk, unokánk világrajövetelekor, meghitt családi együttlétek alatt, amikor önbecsülésünket tápláló elismerés ér bennünket, egy ínycsiklandozó közös vacsoránál, vagy amikor gondtalanul pihenünk a tengerpart fövenyén.

Boldogságnak nevezzük, de ezek valójában kellemes érzések. Úgy tűnik, az evolúció, mint afféle fókaidomár, hormon-jutalomfalatokkal igyekszik rávenni minket a túlélés és a szaporodás mutatványaira; például a kötődést, a simogatást és a csókolózást oxitocinnal, a nevetést, az orgazmust és a napfényt endorfinnal, a táplálkozást, a szexet dopaminnal, a kényelem- és biztonságérzetet, a hierarchia mászókáján való felkapaszkodást szerotoninnal jutalmazza. Mi meg szerelmeskedünk, gondoskodunk az utódainkról, jókat lakmározunk, hajtunk sikerért, dicsőségért, hogy kapjunk egy kis hormonkát az idomártól.

De minket, embereket se ejtettek ám a fejünk lágyára. A

kellemes érzésekhez morált, értékeket társítunk, költészetbe, művészetbe, tudományba csomagoljuk. Amikor az *Isteni színjáték*ot olvassuk, a *Hamlet*et nézzük a színházban, a *Keresztapá*t a moziban, az operában Mozart *Don Giovanni*ját hallgatjuk, a Sixtus-kápolna freskóit csodáljuk, a kvantumfizika, a csillagászat, a bioinformatika eredményei előtt tátjuk a szájunkat, azért az mégiscsak több egy hormonpartinál. Úgyhogy az evolúciónak kéretik nem röhögni a markában!

József Attila az *Eszmélet*ben a pocsolyában fetrengő disznóhoz hasonlítja a boldogságot.

> *Láttam a boldogságot én,*
> *lágy volt, szőke és másfél mázsa.*
> *Az udvar szigorú gyöpén*
> *imbolygott göndör mosolygása.*
> *Ledőlt a puha, langy tócsába,*
> *hunyorgott, röffent még felém,*
> *ma is látom, mily tétovázva*
> *babrált pihéi közt a fény.*

A koca boldogsága persze nem túl irigylésre méltó, hiszen legfeljebb a disznótorig tart.

A költő metaforája is a tudatlanság, az ártatlanság

örömére épül, és visszanyúlik a Bibliáig. Amikor Ádám és Éva az Édenkertben az Úr tiltása ellenére esznek „a jó és rossz tudás fájának” gyümölcséből, elveszítik ártatlanságukat, kiszakadnak az Istennel való közösségből és halandóvá, boldogtalanná válnak. Mi, kései utódok pedig, hiába nem értünk egyet se a kollektív bűnösség elvével, se azzal, hogy az ősök bűneiért az utódokat kárhoztassák, meggondolatlan ősanyánk és ősapánk cselekedeteinek következményeit a mai napig nyögjük.

A buddhizmus – szemben a paradicsomi bűnnel – a boldogságot éppen a tudásban, a bölcsességben találja meg. Buddha szerint *„minden szenvedés gyökere a szellemi vakság”*, ami nem ostobaságot, hanem a tudatot beárnyékoló sötétséget jelenti. A szellemi vakságban szenvedő ember lehet művelt, tájékozott és agyafúrt, lehet sikeres az élet számos területén, mégis boldogtalan lesz, mert a „szennyeződések” elhomályosítják a tudatát, vallja a buddhizmus. Különféle buddhista iskolák eltérő számú szennyeződést említenek, leggyakrabban a telhetetlenséget, a kapzsiságot, ami az embert arra készteti, hogy önzését és mohóságát hatalommal biztosítsa, és igyekezzen tekintélyt kicsikarni maga számára, holott valódi tekintélyt nem lehet kikövetelni,

csak kiérdemelni. A gyűlölködés, a féltékenység, az irigység és a gőg lehetetlenné teszi az őszinte kapcsolatok kiépítését, az önfejűség, az önteltség és az érzéketlenség pedig megakadályozza az embert abban, hogy megértse önnön korlátait. Ezért aztán a szellemi vakságban szenvedő kielégületlen és boldogtalan marad. A szennyeződések nem szüntethetők meg teljesen, de a higgadtság és a belátás segítségével lecsendesíthetők.

Buddha szerint a szenvedés megszüntetéséhez, a boldogsághoz a középút vezet, ami elkerüli mindkét szélsőség csapdáját, a vágyak kielégítésében való tobzódást, ami sosem hoz teljes kielégülést, mert csak újabb vágyak forrása lesz, csakúgy, mint az önsanyargatást, ami tönkretesz testet és lelket. Fél évezreddel később Horatius is hasonlóról beszélt, amikor Licinius Murénának az „arany középutat” ajánlotta követendő példaként.

Albert Einstein úgy gondolta, ha a világegyetem működése belefér egy-két rövid képletbe, miért ne férne bele a boldogság képlete is két mondatba. Ez röviddel azután történt, hogy a Nobel-díj bizottság értesítette, neki ítélték a fizikai Nobel-díjat. A gondolatait leírta egy-egy cetlire, és Tokióban – ahol akkoriban egy konferencián járt – borravalóként odaadta egy londinernek. „Ezek a

cetlik egy nap sokkal többet fognak érni, mint egy átlagos borravaló” – mondta a fiúnak, és Einstein jóslata ezúttal ugyanúgy bevált, ahogy korábban az általános relativitáselméletnél is. Közel egy évszázaddal később a jeruzsálemi Winner’s aukciósház árverésén, miután a becsüsök a cédulák értékét 5-8 ezer dollárra taksálták, egy nagyjából huszonöt perces licitálást követően 1,56 millió dollárért keltek el. Kerülő úton bizonyítva, hogy van összefüggés a pénz és a boldogság között, ha nem is egészen úgy, mint azt elsőre gondolnánk.

De mielőtt elárulnám, milyen mondatok szerepeltek a papírdarabkákon, nézzünk néhány véleményt az egyik legismertebb közhelyről, hogy „a pénz nem boldogít”.

Kezdjük mindjárt a szüleimmel. Apám megvetette a pénzt. Azt mondta: korrumpál. Ezek után nem meglepő, hogy a pénz sértődötten elkerülte a szüleimet. De őket ez nem zavarta. Minek pénzt gyűjteni, mondogatták, hiszen munka mindig lesz, abból megélünk, ingyenes az oktatás és az egészségügy, ha megöregszünk, ott a nyugdíj, és víkendházra se érdemes spórolni, hiszen ott a szakszervezeti üdülő. Hogy ezzel a szemlélettel miként lehetett apám külkereskedelmi kirendeltség vezetője, ráadásul a nagy kereskedőkultúrák egyik központjában, Bejrútban, ahol az ókor óta föníciaiak, arabok, zsidók, később ügyes franciák és britek verték át egymást évszázadok során kicsiszolódott technikákkal? Hogy

apám ezt miként úszta meg, nem is értem. Alighanem a naivitása lenyűgözte a profi kereskedőket. Valószínűleg olyan könnyű prédának tartották, hogy szégyellték volna becsapni. De nem csak a kereskedőtársakat ejtette ámulatba apám ártatlansága. A forradalom után – amikor a nővéremmel már mi is velük lehettünk Bejrútban – Monsieur Fattal, Libanon és a Közel-Kelet egyik leggazdagabb üzletembere igazgatói állást ajánlott apámnak. Talán mutogatni akarta, mint egykor a Ligetben a csodabogarakat, a szakállas nőt, a kétfejű borjút és a láncát szaggató erőművészt: „Itt látható a kihalt Naiv Tisztesség egyik utolsó élő példánya, csak tessék, tessék, katonáknak, gyerekeknek ötven fillér!". Vagy egyszerűen csak kedvelte az öt nyelven beszélő, nyílt tekintetű szüleimet.

De a szüleim inkább hazajöttek a Pozsonyi úti négyes társbérletbe, ahova születtem. Pedig a valódi ok, amiért a külföldi kiküldetést vállalták – még úgy is, hogy a nővéremmel minket túszként intézetbe kellett adni –, éppen az elviselhetetlen társbérlet volt. A külföldi kiküldetés, az összespórolt, majd itthon eladott autó tűnt az egyedüli útnak, hogy megszabaduljunk a társbérletből, ahol négy idegen család jutott egy fürdőszobára, egy konyhára, mindennaposak voltak a veszekedések, ahol anyám állandó sírógörcsöt, én pedig kisgyerekként olyan tikkes arcrángást kaptam, hogy felnőtt koromra se

gyógyultam ki belőle teljesen. A körfolyosós bérháznak gyerekként egyébként számtalan varázsa volt. Akkoriban lovaskocsival hordták a jeget, és a fuvarosok harsány, elnyújtott hangon adták az utca népe tudtára, hogy „itt a jegeeess!”. A jégtömböket a gumikötényes marcona férfiak csákánnyal apróbb darabokra aprították, amit aztán a lakók vödörben vittek fel a jégszekrényekbe. Az udvaron kintornás tekerte a verklit, a lakók a gang korlátjára támaszkodva hallgatták a zenét, és aprópénzt szórtak le neki. Az érmék pattogva ugráltak a keramitkockákon, a kintornás pedig hajlongva összegyűjtötte a filléreket és a zsebébe tömködte. Rendszeres látogató volt a handlé is, ő azt kiáltotta: „Ószeres, cipőt, ruhát, mindent veszek!”. Tőle féltem, mert a felnőttek azzal ijesztgettek, hogy a handlé a zsákjában elviszi rossz gyerekeket is.

Autóra valót ugyan nem sikerült összesprórolniuk a szüleimnek, de a félretett pénzből egy oldalkocsis Jawa motorkerékpárra azért futotta. Ki is nézték a szép piros motort, ami a lakáscsere alapjául szolgált volna, ám az utolsó pillanatban apám úgy döntött, hogy ez tisztességtelen kufárkodás lenne. „Nem vagyunk handlék!” – közölte. Az összes megtakarított pénzüket hazahozták, és elvitték a Magyar Nemzeti Bankba beváltani. 1958-ban 11 forint 50 fillért adtak egy amerikai dollárért. Mindenki tudta, hogy ez nevetséges összeg, csak

a nyugati turisták átverésére és a külkereskedelmi mérleg kozmetikázására szolgált. Amikor a szüleim közölték, hogy ők ezen az árfolyamon szeretnék beváltani a spórolt pénzüket, a bank megtagadta a tranzakciót. Gyanút fogtak. Akkoriban, a hiánygazdaság idején általános volt a csencselés. Pontosan kidolgozott logisztikája volt: nyugatról amerikai cigarettát, whiskyt, orkánkabátot, nejlonharisnyát volt érdemes behozni, amit a bejáratott trafikosok értékesítettek. Törökországban a bőrkabát, Jugoszláviában a farmer, Csehszlovákiában a tornacipő, Lengyelországban a párnaciha volt a sláger. Mindenki tudta, hol, mit érdemes vásárolni, és hol, mit lehet a legjobb áron eladni. Jugoszláv dinárból így lett magyar forint, abból cseh korona, NDK márka és lengyel zloty, így forrt szövetségbe a nagy Oroszország kovácsolta frigy. A külszolgálatosok autóra gyűjtöttek, aranyat hoztak haza eladásra, és mindez az állam és a közerkölcs hallgatólagos jóváhagyásával történt. Ha a normalitásnak elfogadott közgondolkodással szemben valaki a spórolt pénzét bagóért akarja beváltani, akkor annak a hátterében csak valami átláthatatlan rafinált trükk lehet, amit ki kell vizsgálni, mert ekkora hülye nyilvánvalóan nincs, gondolta a Magyar Nemzeti Bank éber hivatalnoka, aki – mint oly sokan azóta is – nem látott lényegi különbséget a hülyeség és a tisztesség között. Hosszas kérvényezésbe és utánajárásba tellett, míg apámnak végre sikerült

elpocsékolnia a pénzünket, és maradt a társbérlet. Pontosabban maradt volna, de azt a kiutazás előtt ingyen kölcsönadták egy kollégának, aki a hazajövetelünk után nem volt hajlandó visszaadni. Nincs hova mennie a családjának, mondta. Így aztán nekünk nem volt hova menni. Mi, a nővéremmel visszakerültünk az intézetbe, a szüleimet pedig nagybátyámék fogadták be az egy hálószobás lakásukba, ahol ők már hárman éltek. Végül egy barát nem tudta tovább nézni szüleim élhetetlenségét, átjátszotta disszidens rokona másfélszobás lakását Budán, a Keleti Károly utcában. A fél szobában nőttünk fel a nővéremmel, és abban a kis lakásban éltek a szüleink a halálukig.

Ellenpélda: Osho, valódi nevén Radzsnís Csandra Mohan Dzsain indiai misztikus, spirituális vezető, aki botrányai ellenére sokáig népszerű volt szülőhazájában, az USA-ban és Nyugat-Európában. A hatvanas, hetvenes években, a hippi korszak, a szexuális forradalom és a vietnami háború idején sok fiatal követője a korrupt hatalom és az elanyagiasodott polgári társadalom elleni lázadásként élte meg a spiritualitásnak ezt a formáját. Osho elmélyült filozófiai és vallásos ismereteit pszichoterápiával, okkultizmussal és meditációs szeánszokkal ötvözte, így „ébresztgette” a tanítványai tudatát. A „szexgurunál” – ahogy Oshót emlegették –, az „ébresztésbe” a tanítványokkal való szexuális kapcsolat

és a kábítószerparti is belefért. Az a hír járta, hogy spirituális tanításainak helyszínei olyanok voltak, mintha ötvözték volna a vidámparkot, a bolondokházát, a templomot és a bordélyházat.

Egy nap Osho feladott egy hirdetést, hogy tanfolyamot indít a boldogságról, de csak olyanok jelentkezhetnek, akik bizonyítani tudják, hogy legalább egymillió dollár készpénzük van. Amikor szemére vetették a kirekesztő megkülönböztetést, Osho azzal magyarázta, hogy az emberek többsége azt hiszi, ha lenne egymillió dollár készpénze, akkor boldog lenne. Ezeknek az embereknek van, így ők már tudják, hogy ettől nem boldogok; jöhetnek a tanfolyamra. A tanfolyamnak aztán busás ára volt, mert Osho ugyan azt vallotta, hogy a pénz nem boldogít, viszont nagyon szerette a briliánsokkal kirakott aranyórákat és a Rolls-Royce autókat. Sikerei csúcsán 93 (!) Rolls-Royce-a volt. Valahogy úgy gondolhatta, mint Woody Allen, hogy *„a gazdagság azért mégiscsak jobb, mint a szegénység, már csak anyagi szempontból is”*.

Oshót kimondottan irritálták a szegények, ami egy spirituális vezetőnél nem kifejezetten érdem, viszont alighanem ez volt az oka, hogy számos gazdag üzletember is a követői közé szegődött.

Hiába vallja szinte valamennyi vallás az adakozás örömét és erkölcsi kötelességét, Osho bizonyára legyintett volna a számomra rokonszenves inka bölcsességre is,

hogy *„nem az az erős, aki képes másoktól elvenni, hanem aki adni tud”*. Pedig pszichológiai kutatások is alátámasztják az adakozás hasznát. És nem úgy, ahogy hétköznapi aggyal sokan gondolnák. A vizsgálatokból az derül ki, hogy az adakozás több lelki örömöt nyújt az adakozónak, mint a megajándékozottnak. Az agy jutalomközpontja, a középagy jobban szikrázik, amikor az ember nagyvonalú. Vagyis: a pénz boldogít, de főként akkor, ha másokra költjük.

A próféták, akik a különböző vallások alapkövetelményévé tették az adakozást, úgy tűnik, tudhattak valamit a lélek rejtelmeiről, szemben azokkal, akik – nyilván magukból vagy szomorú tapasztalataikból kiindulva – a nagylelkűség és a jótékonyság mögött is mindig önző anyagi érdeket gyanítanak.

A kutatások szerint, ha az alapvető szükségletek már teljesültek, a jobb anyagi helyzet nem jelent nagyobb boldogságot. Például azokban az országokban, ahol az utóbbi időben számottevően növekedett az életszínvonal, az emberek nem érezték magukat boldogabbnak. A hirtelen meggazdagodás – ezt például lottómilliárdosokkal is vizsgálták –, és különösen a hedonizmus hosszú távon nem okoz boldogságot. A hatalmas vagyon felett érzett öröm egy idő után megszokottá, relatívvá válik, és beáll az egyensúlyi állapot, úgy 60-70% körül. Vagyis akár milliárdos valaki,

akár épp csak elfogadható anyagi helyzetű polgár, ugyanúgy az átlagosnál valamivel boldogabbnak, de tökéletesen boldognak mégsem fogja érezni magát.

Nem húzom tovább az időt, elmondom, mit írt a boldogságról Albert Einstein a két cetlire.

Az egyiken az állt: „Ahol akarat van, ott út is van”. A másikon pedig az volt olvasható, hogy „a nyugodt, szerény élet több örömet okoz, mint az állandó zaklatottsággal járó siker hajszolása”.

Minden tiszteletünk ellenére az $E = mc^2$ képlet azért szellemesebbnek tűnik.

A boldogság másik meghatározása, hogy akkor vagyunk elégedettek, ha a vágyaink és a lehetőségeink találkoznak. Ebből a szempontból kétségkívül jó megoldás a buddhizmus, ami a szenvedés megszüntetésére a vágyaktól és a ragaszkodástól való megszabadulást ajánlja. Logikus: ha nincsenek vágyaink, úgy egészen biztosan egybeesnek majd a lehetőségeinkkel, legyenek bármily szerények is azok. De hiába a logika, az emberek a boldog élethez, a sikerhez mégis inkább a világsztárok, a milliárdosok és a világhírű tudósok életmódját kötik, nem a buddhista szerzetesek vágyaktól megszabadult

kolostori életét.

„Sikeressé válni könnyű, ami nehéz: megérdemelni a sikert”

Ami a „nyugodt, szerény élet” örömeit illeti, éppenséggel Einstein se fogadta meg a saját tanácsát. Bár ő nyilván úgy érezte, nem a sikert hajszolja, hanem tudományos kíváncsisága hajtja, a siker meg csak úgy jött magától.

De hogy pontosan mi a siker, azt ugyanolyan nehéz meghatározni, mint azt, hogy mi a boldogság. Egyáltalán hogyan mérhető a siker? Mi a mértékegysége? Pénz? Elismerés? Művészetben a rajongók és a lelkendező kritikusok tábora, műszaki sikernél a termék felhasználóinak száma?

Hétköznapi értelemben a siker: a kitűzött cél elérése. Ha a kitűzött cél a pénz, akkor a sok pénz lesz a siker, ha a kitűzött cél az elismerés, akkor a siker a Nobel-díj, az Oscar-díj, az olimpiai aranyérem lesz. Ha a kitűzött cél a csillogás, akkor arra a sztároknak, ha a világtól elvonult, elmélkedő élet a cél, akkor arra a szerzeteseknek lesz a legnagyobb esélyük. Azonban, ha a kitűzött cél, mondjuk a meghitt párkapcsolat, a kiegyensúlyozott családi élet, az élvezetes munka – no akkor meg leszünk lőve, mert nehéz lesz általánosan elfogadott mércét találnunk.

Barabási Albert-László a sikert kollektív jelenségnek tekinti; azaz: siker az, amit mások annak tartanak. Ez valójában a közönségsiker, ami tudományos kutatás céljára azért is alkalmas, mert mérceként jól működik a közösségi háló, tudománynál az idézettség: az a sikeresebb, akire többen kattintanak, akit az emberek érdeklődése, a tudományos közösség, a művészeti élet, a gazdasági, kereskedelmi vagy a politikai érdek „hasznosnak talál a hálózat számára”, és akit a teljesítménye, a személyisége alkalmassá tesz a sikerre. Ez a siker a mai technológiák segítségével nem csupán mérhető, de az embereket összekötő hálózatokon keresztül a terjedése is követhető.

Ha ismertségben, megbecsülésben és anyagi haszonban mérjük a sikert, az főként a kapcsolati hálótól (beágyazottságtól, pártfogóktól, médiától), és nem utolsósorban a szerencsétől függ. De ez esetben mit kezdjünk Rátz tanár úrral?

Amikor Wigner Jenő átvette a fizikai, majd később Harsányi János a közgazdasági Nobel-díjat, köszönőbeszédükben egy bizonyos Rátz tanár urat emlegettek. A zseniális Neumann János, aki a Nobel-díj-bizottság szégyenére nem kapta meg az elismerést, szintén szeretettel beszélt a fasori Budapesti Evangélikus Főgimnázium legendás matematika–fizika szakos tanáráról. A három kiváló tudós sikere minden mércének

megfelel, de Rátz László tanár úr akkor nem volt sikeres? Hiszen nem tett szert nemzetközi hírnévre, és a bankszámláját se gyarapította különösebben a tevékenysége. De hát mi lehetne egy tanár számára nagyobb siker, mint az, hogy nagyszerű tanítványok tucatjait neveli ki, akik minden mérőeszköznél pontosabban tudják, hogy a sikerükben milyen szerepet játszott imádott tanáruk. Egyébként apám, aki szintén a Fasoriba járt, ugyanilyen rajongással beszélt Rátz tanár úrról.

Kamaszkoromban, mint sokan, és is a sikerről álmodtam. Évtizedekbe tellett, míg rájöttem, hogy Camus-nek igaza volt, amikor állítólag azt mondta: *„Sikeressé válni könnyű, ami nehéz: megérdemelni a sikert.”*

Híres írónak és újságírónak készültem. Már Buenos Airesben, tizennégy évesen határozott újságírói eszményképem volt: egy amerikai tévésorozat riporter karaktere személyében. A sorozat az egyik argentin kereskedelmi csatornán, közvetlenül a kosztümös *Sienai kardforgató* és a *Bonanza* után ment, így az is felmerült, hogy esetleg középkori kardforgató vagy vadnyugati párbajhős leszek, de realitásérzékemet dicséri, hogy ezekre nem láttam elegendő esélyt. Az újságírás és az íróság sanszosabbnak tűnt.

Mr. Evans, a sorozatbéli riporterideálom magas, szőke, kék szemű, erős állkapcsú férfi volt. Hongkongban élt, az

igazság kiderítése közben krimiszerű kalandokba keveredett, hatalmas pofonokat osztogatott, szépséges nők lihegtek a gyönyörtől az ágyában, és minden epizód úgy végződött, hogy Evans ül az íróasztalánál a hongkongi öbölre néző szobájában, a háttérben csillognak a fények, és ő ragyogó stílusban megírja a sztorit, amit éppen láttunk. Azt terveztem, én is ilyen riporter leszek: magas, szőke és kék szemű, talán még erős állkapcsú is (szorgalmasan rágtam a rágógumit), de főként magabiztos szívtipró szerettem volna lenni, kéjtől vonagló lányokkal az ágyamban.

Sráckoromban az írói mintám se volt egyszerű. Két, nagyon különböző szerzőhöz kötődtem: Ernest Hemingwayhez és az argentin Julio Cortázarhoz. Azt terveztem, íróként visszafogott, nyers és férfias leszek, világos szerkezetben, szikár mondatokban fogok írni, mint Hemingway, de közben a fantasztikumra, a szürreális misztikumra, a lélek körmönfont rezdüléseire is érzékeny leszek, és többrétegű szövegeket írok majd, mint Cortázar.

Hemingwayben a külsőségek is vonzottak: tizenhét-tizennyolc évesen apám kopott, rozsdaszínű zakójában jártam, pipáztam, még bokszolni is elmentem a siker érdekében, elszántan püföltem az ócskapiacon vásárolt terepmintás haditudósító táskaírógépemet, és húszévesen, amint leszereltem a katonaságtól, azonnal

szakállt növesztettem. Hogy egy táskaírógépnek miért kellett terepmintásnak lennie, azóta se értem. Talán, hogy a vadászbombázók a magasból ne fedezzék fel. Történt egyszer ugyanis, hogy felderítőgép szállt a front fölé. Csöndesnek és kihaltnak tűnt a táj, erdő, mező, katona terepszínűbe öltözött, mintha mindenki csak bokor és virág volna, nem látszott föntről semmi, csak egy kis táskaírógép. Az hivalkodott odalenn tusfekete fémvázával… Na, ezért!

Ahogy visszaemlékszem, elég vacak novellákat téptem ki az írógépemből. Úgy tűnt, hiába pipa és szakáll, a földön halomban állt mellettem a marokra gyűrt papírszemét a félresikerült mondatokkal. Szerencsére volt bennem annyi tapintat, hogy megkíméltem a világirodalmat a zsengéimtől. Húztam az időt. Gondoltam, addig is, míg teljes szakmai vértezetben előpattanok az ismeretlenség homályából, átmenetileg kicsit újságíróskodom, utána meg majd észrevétlenül, a küszöb alatt besurranok az irodalomba.

„A jó író későn érik” – nyugtatott idősebb író ismerősöm is, amikor huszonhat évesen arról panaszkodtam neki, hogy mindjárt elrepül az élet, és én még nem tettem le semmit az asztalra. „Petőfi ilyen idősen már meghalt” – aggályoskodtam. „A költészet: kamasz műfaj, a regényírók később érnek” – magyarázta ő. „Na és Thomas Mann? Huszonhat éves volt, amikor

megjelent *A Buddenbrook ház,* amiért Nobel-díjat kapott!” – replikáztam. „Egy német író sohasem huszonhat éves!” – zárta le a vitát. Egészen addig azt hittem, csak a Vénséges vén Vejnemöjnen született hétszáz évesen a Kalevalában, de kiderült, a német íróknál sincs ez másképp.

Az átmeneti újságírói munka végül közel negyven évig tartott. A röpke átmenetek hasonló időtartama nem ismeretlen mifelénk: gondoljunk a szovjet csapatokra, akik negyven évig állomásoztak itt „ideiglenesen”.

A fikció és a valóság között amúgy sincs akkora távolság, mint gondolnánk. Húsz évvel ezelőtt az egyik könyvemben hatvan oldalt szenteltem a családtörténetemnek. Könyékig turkálva a családi legendák közt, igyekeztem valósághűen megírni azt, amire rábukkantam. Anyám elolvasta, és csak annyit mondott: „A dolgok nem egészen így történtek, de így kétségkívül jobban hangzik”.

Regényírás közben többször feltűnt, hogy kellő fantáziával még a valóság is kitalálható. Olyan dolgokat írtam meg fantáziából, amiről utóbb kiderült, hogy valóság volt. És ez fordítva is igaz: ha a valóságról akarunk írni, akkor meg a fantázia követeli ki a maga helyét. A múltat olyan sokszor szűrjük át az emlékeinken, hogy nem biztos, hogy csak a valóság marad fenn a szitán, valószínűleg inkább az, ahogy látni szerettük

volna, illetve ami számunkra fontos volt. Ugyanez érvényes a felidézett személyekre is.

„Papa, milyen érdekes, hogy beleírtad Xerit is a regénybe” – mondta Juli az *Istenek és embere*ket olvasva. „Xerit?” – kérdeztem csodálkozva. „Tudod, a perzsamacskánkat” – bizonygatta a lányom. A regényben valóban van egy különös képességekkel megáldott perzsamacska, akit Xerxésznek hívnak, arra is emlékeztem, hogy harmincöt-negyven éve a gyerekeimnek is volt egy perzsacicája, de arra már nem emlékeztem, hogy azt is Xerxésznek hívták. A tudatalattimból, valahonnan mélyről bukkanhatott elő a neve, magyaráztam a lányomnak. „Akkor az se tűnt fel, hogy a könyveidben szép sorjában leleplezed családunk rejtett titkait?” – kérdezte maliciózusan. Julinak igaza van, egy író többnyire családbiztonsági kockázatot jelent; előre megfontolt szándékkal, aljas indokból, holmi irodalomra hivatkozva, képes kiárulni a családját és környezetét.

Van író, aki úgy tartja, élő személyről fikciót írni gyilkosság, mert az ember sóbálvánnyá merevíti az áldozatát. Ezek szerint, ha magunkról írunk fikciót, az meg öngyilkosság. Lehet benne valami. Toni Morrison szerint viszont „valóságos személyről fikciót írni: plágium”. De a mintákat mégiscsak a környezetünkből vesszük, és ha nem fikcióban idézünk meg valakit, akkor

se lehetünk biztosak benne, hogy valóban olyan, mint amilyen kép bennünk él róla. A tényirodalom és a dokumentumfilm azzal hiteget, hogy valóság, holott csak a szerző nézőpontja. A fikció legalább nem hiteget azzal, hogy valóság, miközben mindkét műfaj, ha nem is valóság, de igazság azért még lehet.

Hofi Géza, vagy harminc éve egy alkalommal azt mondta nekem, hogy én egész jó riporter lehetnék, jól kérdezek, „egyetlen baj van veled, hogy nem vagy elég geci”. Ennek a megállapításnak elvileg örülnöm kellett volna, de Hofi kritikának szánta, így aztán megbántódtam. Lesújtva mentem panaszkodni a kollégáimhoz, hogy mit mondott a Géza. De ők kedvesen megnyugtattak: „Ne aggódj, semmi gond, elég nagy geci vagy te!”.

Értettem persze, mire gondolt Hofi. Szeretem a cinikus vicceket, szívesen csipkelődök és gonoszkodom is, de minthogy nem politikai műsorokat készítettem, azt vallottam, egyetlen tévéműsor sikere se érhet annyit, hogy valakit megalázó helyzetbe hozzak. Géza úgy gondolta, muszáj néha provokálni, hogy a beszélgetőpartnert érvekre késztessük, és ezt a fajta alapállást kevesellte bennem. Ezzel amúgy én is egyetértettem, de úgy gondoltam, nem szükséges valakit ököllel orrba provokálni ahhoz, hogy kiderüljön, milyen. Elég figyelmesen kérdezni, néha kicsit megcsípni, nehogy

elaludjon. Csakhogy keskeny a határ az elegáns kérdezési stílus és a megfelelési kényszer között. Aki a nyersebb szókimondás híve, mint Hofi Géza volt, annak a finom irónia is bájolgásnak tűnhetett. Updike is azt mondta: „jó emberből nem lesz jó író”. Így aztán próbálkozom én is, hogy szemét legyek. Nagy ritkán sikerül. Olyankor rögtön írni kezdek.

Amikor meghatározó emberek után kutatok a múltamban, mindig felbukkan Vajda Marci bácsi. Ha sikeresnek tekinthető az újságírói pályám indulása, akkor ezt főként neki köszönhetem. Jerome D. Salinger írja valahol, hogy „Aki húszéves koráig nem kap gyomorfekélyt, az áruló”. Rám igazán nem lehetett panasz, már tizenhét évesen gyomorfekélyem volt. Mindent túl komolyan vettem, az újságírást is. Marci bácsi – rádiós tanárom az Újságíró Iskolában – igyekezett kirángatni a szorongásaimból. A Pagodában, a Rádió büféjében a terveimről kérdezett, és azt mondta, ha hozok neki „húsz deka jó anyagot”, átvesz a Kulturális Szerkesztőségbe, amit ő vezetett. A Külföldi Adások spanyol szekciójában – ahol addig dolgoztam – spanyolul készítettünk riportokat és jegyzeteket a dél-amerikai és a spanyol hallgatók számára. Rizikómentes gyakorlóterep volt, mert az andoki indiánok elenyésző számban

érdeklődtek a magyar belpolitika és kultúra iránt, de a spanyoloknak is jó ízlésük volt, ők se hallgatták a műsorainkat. Magyar és esztétika szakon végeztem az egyetemen, a kulturális újságírás jobban vonzott. „Mennyi az a húsz deka?” – kérdeztem. Egy Népszabadság feküdt az öreg előtt, két ujjal felemelte és visszadobta az asztalra: „Ez két deka” – mondta. Az életben nem fogok én tíz Népszabadságnyit összeírni, gondoltam. Aztán eszembe jutott a profi rádiós magnótekercs, amin azt a néhány riportot és jegyzetet gyűjtögettem, amit magyar nyelven készítettem, és amit hajlandó voltam kiadni a kezemből. Jó súlyos tekercs volt, fémmaggal a közepén. Fölmentem a szobámba, mikor visszaértem, Marci bácsi még mindig ott kávézott a büfében. Letettem elé a magnótekercset. „Lemértem, épp húsz deka” – mondtam. Szó nélkül a hóna alá csapta, és elment. Fél óra sem telt bele, hívott telefonon: „Meghallgattam. Fel vagy véve.”

Az alacsony termetű, sovány és jelentőségteljesen nagy fülű Marci bácsi lett a főnököm. Bizonyos kultúrákban a nagy fül a bölcsesség jele. A kínaiak is így hitték, és nem véletlen, hogy Buddhának is nagy füle volt. Megjegyzem, Misi unokámnak is nagy füle és bölcsességet sugárzó vastag fülcimpája van. De a bölcsek gondolkodásmódját és humorát nem mindenki tudja követni. Marci bácsi például egy nap zuhogó esőben sétált a Bródy Sándor utcában a Rádió felé. Az emberek behúzott nyakkal

rohantak, vagy ernyő alatt siettek, hogy minél előbb fedezékbe jussanak. Az öreg ernyő nélkül, nyugodt léptekkel sétált. „Marci bácsi, ronggyá ázol!” – mondtuk neki. „Nem nekem szól az eső, hanem a mezőgazdaságnak” – felelte rezzenéstelen arccal.

Amikor a Pagodában kávézott, sorra járultak elé nagynevű kollégák – ma már rádiótörténeti legendák – tanácsot kérni. Mindig volt egy gúnyos vagy kétértelmű mondata, egy furfangos példabeszéde, mint a zen mestereknek és a bölcs rabbiknak, ami végül segített. Ha valakit kedvelt, finom pedagógiai érzékkel terelgette, de akit nem tartott tehetségesnek, azt képes volt ironikus stílusával porig alázni. Nekem szerencsém volt, engem kedvelt. Soha jobb mestert nem kívánhattam volna magamnak.

Egy nap, már a kulturális rovatban panaszkodtam neki, hogy bizonytalan vagyok, van-e elegendő tehetségem ahhoz, hogy megálljam a helyem ebben az erős mezőnyben. „Én is így voltam – vágta rá azonnal. – Tudod, mikor én vidéki fiúként, Pesten bekerültem a sok művelt, nagyvilági kolléga közé, tele voltam komplexusokkal. Volt Nyíregyházán egy nagyon ostoba, híresen hülye kollégám. Egyik éjjel azt álmodtam, hogy nyílik a szobám ajtaja itt a Rádióban, belép rajta ez az ostoba ember, és azt mondja: »Szervusz, Marci, a párt fölhelyezett Budapestre, és mostantól én leszek a főnököd!« Jót

röhögtem, amikor fölébredtem. És tudod, mi történt? Másnap ültem a szobámban, és valóban belépett ez az ütődött, és szó szerint azt mondta, hogy a párt fölhelyezte Budapestre, és onnantól ő lesz a főnököm. És akkor én megnyugodtam. Ha ez a hülye itt főnök lehet, akkor nekem igazán nincs miért aggódnom.”

Fogadok, hogy abban a pillanatban találta ki a történetet. Anélkül, hogy ezt kimondta volna, folyamatosan arra tanított, hogy ha éppen önbizalomra van szükségem, hasonlítsam magam a hülyékhez, de ha fejlődni akarok, jobban járok, ha a nálam okosabbakra és tehetségesebbekre figyelek.

Szinte kezdőként felkértek egy háromórás élő adás, a *Rádiónapló* műsorvezetésére, ahol tudósok, rangos művészek, vezetők voltak a vendégeim. Úgy tűnt, Marci bácsinak kicsit túl gyorsan sikerült felszabadítania a gátlásaimat, mert három órán át dőlt belőlem a sok magabiztos okosság. Az adás után büszkén mentem az öreghez, aki szokásához híven a Pagodában kávézott. „Milyen volt?” – kérdeztem. Az öreg elgondolkodva ingatta a fejét, aztán csöndesen megjegyezte: „Mondok én neked valamit. Amit nem lenne képed itt a Pagodában nekem a szemembe mondani, olyanokat inkább ne mondj több százezer embernek se!” Ez a mondat egész rádiós és televíziós pályám során végigkísért. Valahányszor egy műsorvezetői szövegre készültem, elég volt magam elé

képzelni az öreg gunyoros tekintetét, és rögtön leszálltam a magas lóról. Mexikóban ezt másként oldották meg. Az egyik kereskedelmi televíziós csatorna előcsarnokában egy négy méter magas kortárs műalkotás állt, egy óriási szék. Amikor a mexikói kollégákat kérdeztem, miért éppen ez a mű került ide, vigyorogva azt felelték, hogy ha egy tévésztárnak túlságosan fejébe száll a dicsőség, felültetik a magas székre, hogy lássa, nem ő nagy, hanem az eszköz.

Nem telt el nap, hogy ne számoltam volna be a feleségemnek, mit mondott aznap Marci bácsi. Az öreg beférkőzött életünk legintimebb pillanataiba is. Az egyik ilyen alkalommal egyszer csak felröhögtem: „Képzeld, mit mondott ma Marci bácsi!” – kezdtem volna mesélni a feleségemnek, de Zsuzsa közbevágott. „Drágám, vannak helyzetek, amikor nem Marci bácsival kellene foglalkoznod” – mondta, és sértődötten lelökött magáról.

Marci bácsi nem csak a szakmára, az életre is tanított. „Ha megcsalod a feleséged – mondta például –, sose valld be! Akkor se, ha rád nyit, és a saját szemével látja, hogy egy nővel fekszel az ágyban. Ha szeret, bármilyen ostoba hazugságot el fog hinni, mert el akarja hinni. De ha bevallod, mit tehet szegény? Vele tolsz ki!”

Akkoriban egy kisvendéglőben nagyjából 15-20 forintból bőségesen meg lehetett ebédelni. Egy nap, már lent voltam a Rádió éttermében, amikor a zsebeimet

tapogatva rájöttem, hogy a pénztárcámat a szobámban felejtettem. „Tudnál kölcsönadni egy húszast, Marci bácsi?” – kérdeztem az öreget, aki a levesét kanalazta az egyik asztalnál. Föl se nézett a tányérjából, úgy mondta: „Húszast nem adok kölcsön, csak százast. A húszast nem szokták megadni, és pofám se lenne visszakérni. A százasért már figyelmeztetni foglak.” Majd azonnal előállt a napi tanmesével. „Egy jó családapa a fizetését az utolsó fillérig hazaadja. De, ha rám hallgatsz, a különmunkákért kapott pénzt sose valld be otthon. Ennek két oka van: az egyik, hogy te nagyon lusta vagy. Azért, hogy otthon még egy tányérral több spenót legyen, nem fogsz különmunkákat vállalni, de a dugipénzért már igen. Így legalább majd dolgozol. Másrészt, amikor a kollégákkal elmész valahova dumálni, iszogatni, illik időnként meghívni őket. Ezt egy feleség sose érti meg. Ha el akarod kerülni a vitákat, legyen dugipénzed!”

Szerkesztőségvezetőként nem csak a szakmai színvonalért volt felelős, az ő feladata volt eldönteni azt is, mi az, ami politikailag kiverné a biztosítékot a pártközpont vaskalapos cenzorainál. Pontosan tudta, melyik mondat után csörrenne meg a telefon, és azt is tudta, min akadnak majd fenn. Azt mondta, ha tud válaszolni a várható kérdésekre, átengedi a műsort, ha nem, lebeszél róla, mert „ezért hizlalnak minket a nép zsírján”. És ő nagyon sok mindenre tudott válaszolni,

sokkal okosabb és rafináltabb volt, mint a vonal túlsó végén ülők, sokkal nagyobb szabadságot harcolt ki nekünk, mint a főnökök többsége a többi szerkesztőségben. A sajtóban mindig vannak, akik a hatalomnak köteleződnek el, és vannak, akik a szakmának. Nekünk természetes volt, hogy mi a szakmának, de ehhez kellett egy olyan főnök, mint ő, aki szintén így gondolkodott.

A Rádió legfiatalabb rovatvezetőjeként már a kulturális rovatot vezettem, tucatnyi műsor és kolléga tartozott hozzám, amikor bejelentkezett a pártközpont két munkatársa. Szerkesztőségvezetőként az öreg is beült mellém, együtt fogadtuk a vendégeket. Én feszülten, ő megnyugtató, bölcs mosollyal. A szakmailag felkészült, de a pártnak a szakmánál is jobban elkötelezett pártmunkások udvarias hangon azt kezdték fejtegetni, hogy „a művészetkritikai megszólalásaink olykor hagynak némi kívánnivalót a párt irányvonalát illetően". Ők szívesen segítenének, mondták. Azon töprengtem, hogy egy ekkora marhaságra mit lehet felelni. Már kezdtem felszívni magam, amikor Marci bácsi elnézőn, mint egy türelmes gyógypedagógus, megszólalt: „Én mindig azt mondom a gyerekeimnek – ekkor a vállamra tette a kezét –, hogy dolgozzatok jól, a nép érdekében, mert különben segít a párt, a KISZ, a Szakszervezet, és akkor nekünk végünk!" A két vendég bambán nézett az

öregre, elbúcsúztak, és soha többé nem akartak segíteni.

Salingernek – aki időközben felzárkózott másik két kedvenc íróm mellé – szintén volt egy emlékezetes mondata, amit negyven éve egy jegyzetlapon sokáig az íróasztalom fölött tartottam. Egyik kisregényében a főhős, Seymour azt mondja írónak készülő öccsének, amikor az a véleményét kéri a novellájáról: *„Nem pofás kis történeteket várok tőled, a zsákmányodra vagyok kíváncsi!”*.[1] Egyszerűnek tűnik a figyelmeztetés, de nem könnyű megtalálni azt, ami valóban a mi zsákmányunk. Azóta is foglalkoztat, létezik-e egyáltalán olyan sajátos mód, ahogy én látom a világot.

Öreg barátom, Trauner Sándor – aki Alexandre Trauner néven vált a 20. század egyik legjelentősebb filmdíszlettervezőjévé – figyelmeztetett még fiatalkoromban: „Arra vigyázz, hogy ne vedd magad túl komolyan, mert az szörnyű unalmas!” A tanácsa óta nagyjából ez a zsákmányszerző kalandozásaim fő csapásiránya. Olyat írok, amilyet tudok, a minőségét nem az én dolgom megítélni, de legalább igyekszem úgy komolyan venni magam és az írásaimat, hogy ne vegyem magam túl komolyan. Mert, aki okoskodó és unalmas, az egyéb aljasságokra is képes.

Egyébként is kérdés, milyen mércével lehet mérni a művészi és az irodalmi sikert. Ha kereskedelmi termékként tekintünk egy alkotásra – és miért ne tekinthetnénk, hiszen a piacon a festmény, a könyv, a film vagy egy színházi előadás is áru –, akkor jogos, ha népszerűségben, példányszámban, nézőszámban és megtermelt haszonban mérjük a sikerét. Ám a kereskedelmi siker nem azonos a művészi sikerrel. Hogy a művészi sikert miként lehet mérni, az se egyszerű kérdés. Nem csoda, hogy a műítészek annyit tévedtek már ezen a téren, fiatalkorom sok ünnepelt művészének és írójának fél évszázad után a nevére sem emlékeznek. Néhány évtized elteltével már kiderül, mi a maradandó, de az alkotás születése idején gyakran kétséges, hogy valóban hiteles esztétikai értékről van-e szó, vagy csupán a szakma véleményvezéreinek éppen divatos szubjektív értékítélete döntött úgy egy műről.

Amikor Marci bácsi, a rádiós szakma egyik korabeli hiteles véleményvezére nyugdíjba készült, elbizonytalanodtam. Mondtam neki, hogy a bölcsessége és a tapasztalata olyan biztonságot adott, hogy elképzelni sem tudom, mi lesz velem nélküle. Azt felelte: „Nyugi. Az elmúlt napokban bejártam az épületet a portástól az elnökig, és telekürtöltem a házat, hogy ilyen tehetség, mint amilyen te vagy, régen nem volt a Magyar Rádióban. Mi ketten persze tudjuk, hogy ez nem igaz. De ahogy

ezeket elnézem, legalább két évre lesz szükségük, míg erre rájönnek. Most van két éved, hogy összeszedd magad!”

Azóta rettegek, mikor fog kiderülni Marci bácsi túlzása.

„A tudós agyával gondolkodni, a festő szemével látni, a költő szívével érezni!”

Leonardo *Mona Lisá*ja a többi, hasonlóan kiemelkedő kvalitású műalkotásnál nagyobb ismertségét és árát egy véletlennek köszönheti. 1911-ben ellopták a Louvre-ból, csak két évvel később került elő Firenzében, és a történet bejárta a világsajtót. Mert bármily varázslatos festmény is a *Mona Lisa,* művészettörténeti jelentőségében meg sem közelíti például Giotto freskóit a padovai Scrovegni-kápolnában. Giotto életműve korszakváltás volt a művészet történetében, a bizánci stilizált ikonfestészet után ő ajándékozott meg minket a festészetben a tér és a perspektíva érzetével, ami olyan élmény lehetett kora nézőinek, mint amikor megjelentek az első hologramok, és az emberek a levegőben tapogattak, mert nem akarták elhinni, hogy nem tudják megfogni az orruk előtt lebegő látványt. Giotto után a festészetben már elképzelhetetlen volt, hogy egy művész ne alkalmazza a perspektíva törvényeit. A freskónak ugyanakkor nincs pénzben kifejezhető értéke, hiszen nem lehet lekaparni a falról és eladni. Giotto 38 képből álló műve nem vált bulvármítosszá, nincs nyoma a popkultúrában, mint a

*Mona Lisá*nak, a festészet iránt kevésbé érdeklődő emberek talán nem is hallottak róla, miközben ez Giotto legjobb állapotban fennmaradt alkotása, a művészettörténészek egybehangzó véleménye szerint a korai reneszánsz festészetének talán legkiemelkedőbb emléke.

A leghíresebb művészek és művek köré mindig legendák szövődtek. A mesélhető, színes, gyakran ellentmondásos történetek marketinghatása jól ismert a kereskedelemben is, olyannyira, hogy ügyes reklámguruk eleve megtervezik az árucikk mellé csomagolt mítoszt. Így vált szeretetmárkává a Rolls-Royce, a Coca-Cola, a Patek Philippe, az iPhone, a Nike és sorolhatnánk a példákat.

Billy Wilder mesélte, hogyan dolgoztak reklámguruk Hollywoodban a sztárok mítoszán. Az osztrák-amerikai rendező és forgatókönyvíró, aki három Oscart, három Golden Globe-ot, cannes-i nagydíjat és sok más elismerést besöpört élete során, azt mondta, úgy lehetett elfogadtatni a nézőkkel a drága mozijegyeket, ha elhitetik velük, hogy azért a pénzért isteneket és istennőket láthatnak. Greta Garbo, Gloria Swanson, Lauren Bacall, Rudolf Valentino, Howard Hughes, Humphrey Bogart és a többi sztár a kor nézői számára valóban elérhetetlen istennők és istenek voltak.

A kiemelkedő teljesítményen túl, sok művészt tragikus sorsa avatott legendává, mint a festő Modiglianit, az író

Franz Kafkát, a színész James Deant és Marilyn Monroe-t, a zenész John Lennont. Mások jó érzékkel maguk gondoskodtak a legendájukról, mint Ernest Hemingway és Robert Capa.

Hemingway, aki kamaszkorom egyik példaképe volt, az erőszakot közelről szemlélő, kemény és érzékeny férfi mítoszát építette. Részt vett az első világháborúban, tudósított a spanyol polgárháborúból, ott volt a normandiai partraszállásnál, egy partizáncsoport parancsnokaként elsőként vonult be a náciktól megszállt Párizsba. A Nobel- és Pulitzer-díjas író fiatalkorában bokszolt, amerikai focizott, imádta a bikaviadalokat, később is vadászott, halászott, rajongtak érte a nők, négyszer nősült, és sokat ivott. Végül vadászfegyverével főbe lőtte magát. Egy kitűnő írónak ennyi épp elég ahhoz, hogy legendává váljon.

Friedmann Endre tehetséges, fiatal fotós volt a harmincas évek Párizsában. Keményen dolgozott, de nehezen kapott megrendeléseket. A képeit eleinte Andréként szignálta, aztán barátnőjével, Gerdával úgy gondolták, a név talán egy női fodrásznak jól állhat, de egy sikerre éhes fotóriporter számára ennél ütősebb név kellene. Közösen kitalálták a Robert Capa mítoszt, a sikeres és gazdag amerikai fotográfust, akit nem lehet megsérteni holmi alamizsnának számító honoráriumokkal. Így aztán a szerkesztőségek szívesen

fizettek a „híres amerikainak” minden közölt képért 150 frankot, pontosan háromszor annyit, mint amennyit Friedmann Bandi kapott korábban ugyanolyan fotókért. Kiderült, hogy az ötlet kifordítható kabátként is működött, Gerdának sikerült a mítoszt eladnia az amerikaiaknak is. Abban a változatban Robert Capa sikeres és gazdag francia fotósként szerepelt. Lám, semmi sem sikeresebb, mint a siker illúziója. Capát a Spanyolországban a második világháborúban, a Közel-Keleten és Ázsiában készült háborús riportfotói végül valóban sikeres és gazdag amerikai fotóssá avatták. Mindkettőjük élete tragikus véget ért, Gerda Taro a spanyol polgárháborúban szenvedett halálos balesetet, Robert Capa 1954-ben, Vietnamban, munka közben lépett aknára.

Giotto művei köré nem fonódtak bulvárízű legendák, Leonardónak viszont minden adottsága megvolt ahhoz, hogy – a hálózatkutató szavaival – „a hálózat hasznosnak találja”. Da Vinci a művészettörténet legsokoldalúbb, legizgalmasabb zsenije volt, festő, szobrász, építész, hadmérnök, feltaláló, tudós, ráadásul titokzatos magánélettel. A személyét és műveit övező pletykák (a *Mona Lisa* modellje valójában egy fiatal férfi, Leonardo kedvese volt; *Az utolsó vacsora* című festményén, Jézus

jobbján nem János apostolt, hanem Mária Magdolnát láthatjuk, aki e szerint a vitatott legenda szerint Jézus felesége volt) még azok érdeklődését is felkeltették, akiket különösebben nem hoz lázba az itáliai reneszánsz. Dan Brown regénye, *A Da Vinci-kód,* illetve a bestseller alapján készült film aztán *Az utolsó vacsorá*nak olyan reklámot csapott, hogy erősen korlátozni kellett a látogatók számát a milánói Santa Maria delle Grazie kolostorban.

Napjaink túlhajtott boldogság- és sikerkultusza kéz a kézben jár. Az emberek többsége és a trénerek a sikert a boldogság egyik fő forrásának tekintik, szinte egyenlőségjelet vonnak a kettő közé. Ilyenkor nem kerül szóba Marilyn Monroe, Michael Jackson, Elvis Presley, Marlon Brando és sok más sztár, akik a legismertebbek voltak a szakmájukban, vagyonokat kerestek, mégse voltak boldogok. Monroe, minden idők talán legnagyobb szexidolja alkoholista, majd öngyilkos lett, Brando, a színészek bálványa a szakmáját „pocsék életnek” nevezte, magánélete pedig tragikusan alakult. Jackson a plasztikai műtétek rabja volt, és máig tisztázatlan körülmények között halt meg, Presley pedig drogokkal és alkohollal csapta szét magát, utolsó képein szinte a felismerhetetlenségig elhízva, betegen látjuk.

A kutatások azt bizonyítják, nem a sikertől leszünk

boldogabbak, hanem épp fordítva, a boldog, életvidám emberek a családi életben, társas kapcsolataikban és a munkájukban is sikeresebbek, mint rosszkedvű, frusztrált embertársaik, és amikor valaki a lelki terhek hatására boldogtalanná válik, szertefoszlik a sikere is.

A *Harvard Business Review* egyik tanulmánya egyenesen azt állítja, hogy a gazdaságban a legjobb befektetés a boldogság. Shawn Achor tízévnyi kutatás után azt találta, hogy a munkavállalók elégedettsége 37%-kal növeli az eladást, 31%-kal a termelékenységet és 19%-kal az elvégzett feladatok pontosságát. Nem beszélve a jó közérzet egyéb egészségügyi és életminőséget javító előnyeiről. Kiderült, hogy még azok a cégek, akik komoly figyelmet fordítanak a vezetői tréningekre, azok sem voltak tisztában azzal, hogy az üzleti sikerben milyen magas a megtérülése annak, amit a munkatársak boldogságába fektetnek.

Egyik kísérletében Harry Harlow a majmok tanulási képességére volt kíváncsi. A professzor egy zárszerkezetet helyezett a makákók ketrecébe, amit úgy tudtak kinyitni, ha kihúztak egy pöcköt, aztán kiakasztottak egy kampót, végül felnyitottak egy fémlapot. Korábban az volt az általános vélemény, hogy akkor teljesítünk jól, ha jutalmat kapunk érte, illetve, ha valamilyen büntetéstől

szorongunk. A kísérleti állatok jutalomként általában élelmet kaptak és pározhattak, illetve megvonással, áramütéssel vagy egyéb módon büntették őket, ha nem voltak elég hatékonyak. Az embernél is hasonló viselkedést feltételeztek. Úgy gondolták, a „csupasz majom" is úgy serkenthető jobb teljesítményre, ha – miután a biológiai szükségletei teljesültek – dicsérettel, pénzjutalommal ösztönzik, illetve letolással, az elbocsátással való fenyegetéssel tartják sakkban. Harlow viszont meglepődve látta, hogy a majmok érdeklődve próbálkoztak a zárral anélkül, hogy bármiféle jutalmat kaptak volna, vagy büntették volna őket – szemmel láthatóan örömüket lelték, ha sikerült rájönniük a nyitjára, és újabb izgalmas feladatot vártak. Az igazi meglepetés akkor érte a kutatót, amikor a sikeres megoldásokat élelemmel, mazsolával jutalmazta, gondolván, akkor még jobban teljesítenek majd. Megdöbbenésére az élelem, a jutalom épp ellentétesen hatott. Az állatok többet hibáztak, mint amikor élvezetből tevékenykedtek. Harlow a már ismert külső ösztönzők – a jutalom és a büntetés – után felismerte a „belső ösztönzők", a kíváncsiság és az élvezetes munka szerepét.

A racionalitás és az érzékenység kombinációja a művészi alkotás során elengedhetetlen, de valamennyi kreatív tevékenységben fontos szerepet játszik. Alighanem ez a legboldogabb, legihletettebb állapot, a

teljes elmélyülés megtapasztalása, amikor az ember minden másról megfeledkezik, és úgy röpül az idő, hogy észre sem vesszük. Maslow ezt nevezte csúcsélménynek, az emberi kiteljesedésnek, amikor már tűrhetően megvalósultak egyéb szükségleteink, és képesek vagyunk tudatosan, morálisan, kreatívan megvalósítani önmagunkat. Az alkotás, a kreativitás hasonló élményét nevezte Csíkszentmihályi Mihály *flow*-nak.

Harlow professzor a majmokkal még elvolt valahogy, de a pszichológus szakma makacs ellenállásával már nem tudott megbirkózni, és félbehagyta a kutatást. Az elejtett szálat húsz évvel később egy fiatal kutató, Edward Deci vette fel. Ő az embereknél is hasonló megállapításra jutott, mint Harlow a majmoknál. Azt tapasztalta, hogy miközben természetesen mindenki számára fontos a munkáját elismerő, tisztességes jövedelem, ennél is lényegesebb az öröm, amit az élvezetes munka nyújt. A belső hajtóerő hatékonyabbnak bizonyult a külső ösztönzésnél. A jutalom az embereknél is gyakran kimondottan a teljesítmény rovására ment, mert az örömteli élményt lerántotta az anyagi szintre.

Az eredmény annyira szembement az ösztönzésről vallott korábbi elképzelésekkel, hogy eleinte Deci sem járt sokkal jobban, mint Harlow. Az üzleti világ, a nevelés és az iskolarendszer akkoriban arra az elvre épült, hogy jó eredményt csak pénzjutalommal, jó osztályzatokkal,

illetve fenyítéssel és rossz jegyekkel lehet elérni. Ez az elképzelés többnyire még ma is makacsul tartja magát. Olvastam egyszer egy tanácstalan szülőt, aki a kommentjében így panaszkodott: „A pszichológusok azt állítják, hogy nem lehet lekeverni a gyereknek egy frászt, ha szemtelen, vagy ha nem tanul az iskolában. De azt miért nem mondják meg, hogy mit tegyek helyette?” Deci megmondta. Kutatásai bebizonyították, hogy sokkal hatékonyabb módszer az érdeklődés felkeltése és az együttműködés kialakítása. Igaz, ez lényegesen nehezebb feladat, mint büntetni, mert ehhez türelemre, kreativitásra, megértésre lenne szükség. Abban pedig nem dúskálunk.

Három velünk született pszichológiai szükségletünk van, ami nélkül nem lehetünk boldogok: autonómia, kötődés, kompetencia. Vagyis önállóan kívánunk dönteni a saját sorsunkról, szükségünk van az érzelmi kapcsolatra társhoz, családhoz, közösséghez, és hasznosnak, értékesnek akarjuk érezni magunkat, egyben szeretnénk, ha ezt mások is elismernék. Fontos úgy éreznünk, hogy nem hiába élünk ezen a világon. A sikernek – amit nem lehet csak anyagiakban és népszerűségben mérni – talán a hasznosság érzése a fő értelme. Így működik a boldog ember és így működik egy boldog társadalom.

Mégis, az őskor óta ellentmondásos az ember és a munka viszonya. Úgy tanultuk: a munka által

emelkedtünk ki az állati sorból, aztán meg azt tanultuk, hogy az elidegenítő munka által kerültünk állati sorba. Állítólag a piaci verseny a gazdasági fejlődés motorja, Harlow makákói viszont arra figyelmeztettek, hogy az igazi ösztönző nem a profithajhászás, hanem a munka élvezete. Szüleink, nagyszüleink még azt énekelték, hogy „kényszer volt egykor a munka, ma hősi tett”, de a mai szuperhősöket – Pókembert, Amerika Kapitányt, a Fekete Özvegyet vagy Batmant – még sose láttuk dolgozni. A munkaalapú társadalom jelszava amúgy jól hangzik, ha nem lenne kicsit elgondolkodtató, hogy főként azok hirdetik, akik mások munkájából szerzik a hasznukat.

Én az *örömalapú társadalom* híve vagyok, ami természetesen szintén nem nélkülözi a munkát, de a jó közérzetet állítja a középpontba. Ilyenformán nemcsak emberszerűbb, hanem – mint a kutatásokból is látszik – még termelékenyebb is a hagyományos munkaalapú társadalomnál. A robotika, ami előbb-utóbb megkímél majd minket a monoton és piszkos munkáktól, az egyik pillére lehet az örömalapú társadalomnak.

Bostoni nagybátyám, Kepes György gyakran kérdezte tőlem, hogy „na, jóban vagy magaddal?”. Különösen kamaszként ezt egy számomra kedves, világhírű művész és szórakozott professzor gyöngécske viccének tartottam. Hát persze, hogy jóban vagyok magammal, gondoltam, naponta látjuk egymást (a tükörben), mindenhova együtt

járunk, minden gondolatomat ismerem, már hogy ne lennék jóban magammal? Ez még jóval azelőtt történt, hogy a női magazinokban és önsegítő tréningeken közhellyé koptatták volna a „szeresd önmagad” jelszavát. Én is egyetértek azzal, hogy ha valaki elégedetlen a fizimiskájával vagy az alakjával, akkor is békéljen meg önmagával, mert aki nem képes elfogadni önmagát, az másoktól se remélheti, hogy elfogadják. De ő nem erre gondolt. Inkább valami olyanra, hogy képes vagyok-e kritikusan szemlélni önmagam. Saját magam és a világ folyamatos vizsgálatára igyekezett rávezetni az ész, az érzékenység és az érzelem együttes segítségével. Ahogy mondta: „A tudós agyával gondolkodni, a festő szemével látni és a költő szívével érezni!”

A művészek, írók, tudósok, mesteremberek vagy bárki, aki képes a munkájában, a hobbijában elmélyedni, féltékenyen őrzi életének ezt a bensőséges zugát.

Fiatalon nagybátyámék Cape Cod-i nyaralójában töltöttem néhány napot, és nekem a festőműteremben jutott hely, nagybátyám néhány félkész, homokkal kevert olajfestékkel festett műve között. Ágy, szekrény nem volt a műteremben, a festőállvány mellett, a földön, matracon aludtam, a ruháimat pedig a bőröndömben tartottam. Élveztem a társaságot, olvastam, és naponta lejártam a kora őszi, kihalt, homokdűnés tengerpartra.

Nem vagyok rendetlen, de a nyitott bőrönd körül

heverő gatyák, zoknik, pólók, a félredobott tornacipőim különösebben nem zavartak. Egyik reggel nagybátyám belépett a műterembe, körülnézett, és az öklét rázva ordibálni kezdett velem, hogy ez az ő szentélye, a munkahelye, mit képzelek, mi ez a disznóól. Döbbenten néztem a szokatlan jelenetet, a mi kapcsolatunk korábban szeretetteljes és baráti volt. Igazat adtam neki, de megalázónak éreztem az üvöltözést, vérig sértődtem, és úgy döntöttem, összecsomagolok, elutazom. Angol nagynénémet, Julietet kértem, vigyen ki a reptérre. De ő azt mondta, félreértem a helyzetet. Úgy kellene felfognom, hogy most kerültem igazán közel a nagybátyámhoz, mert nemcsak beengedett élete legféltettebb rejtekhelyébe, de végre természetesen viselkedett velem. Most fogadott el igazán, mondta, mert így ordítozni csak a saját gyerekeivel és vele szokott…

Bizonyos értelemben egyetértek Tendzin Gyacóval, a XIV. dalai lámával, amikor azt mondta: „A bolygónak nincs szüksége több sikeres emberre, a bolygónak békét hozó, gyógyító, újító, mesélő és szerető emberekre van sürgősen szüksége.”

Mint korábban kiderült, azért a kompetenciaérzetünk, az önbecsülésünk szempontjából sikerre is szükségünk van. Az autonómiánkhoz, az önálló döntéshez, a saját territóriumunkhoz is ragaszkodunk, körbepisiljük, mint az állatok, védjük, mint nagybátyám a műtermét. De mi a

szerepe a kötődésnek a boldogságban?

„Papa, ha néha nemet mondtál volna…”

Amikor Harry Harlow a harmincas években elkezdett főemlősökkel kísérletezni, a kutatásokhoz majomtenyészetre volt szüksége, és a gyakori megfigyeléshez az újszülött kismajmoknak majomóvodát nyitott. Azt tapasztalta, hogy az anyjuktól elválasztott majombébik egy idő után másként viselkedtek, mint azok a társaik, akikről a mamájuk gondoskodott. Az óvodások elmaradtak a fejlődésben, félénkek lettek, és ragaszkodtak a textilpelenkájukhoz, míg azok a makákók, akiket az anyjuk nevelt, de nem voltak közösségben, jobban fejlődtek ugyan, de tele voltak a többi majom iránti félelemmel és agresszióval. Harlow így kezdte vizsgálni az anya-gyerek kapcsolat, illetve a közösség szerepét a (majom)gyerekek fejlődésében.

Korábban úgy vélték, a csecsemő azért ragaszkodik az anyjához, mert tőle kapja a táplálékot, és az önző kisbaba valójában nem is az anyjához kötődik, hanem a létfeltételeihez. A kis huncut nyilván csak az érdekei miatt kaserolja magát a mamánál, gondolták, mert úgy látták, a kapcsolataikat a felnőttek is többnyire az érdekeik alapján szervezik.

Amikor Harlownak feltűnt, hogy az anyjuktól elszakított kismajmok milyen erősen kötődnek a textilpelenkájukhoz, úgy döntött, vizsgálni kezdi ezt a jelenséget. Kétféle pótanyát készített számukra, az egyiket drótból, a másikat pedig fából, amit puha anyaggal borított. Kiderült, hogy a kis állatok csak a puha textíliával borított pótanyjukhoz bújtak, a puhamamival vigasztalódtak, noha a táplálékot a rideg, kemény drótmamitól kapták. A melegség, az anyaszerű puhaság tapintása fontosabb volt számukra az élelemnél is. Az eredmény megdöbbentő felismerésként hatott egy olyan korban, amikor tagadták a testi érintés, az ölelés, a simogatás szerepét a nevelésben, valamint a szülők is kemények és szigorúak voltak. A viselkedéskutató professzor a kutatást szeretetvizsgálatnak nevezte, új jelentést adva a „majomszeretetnek”.

Ez a közel évszázados kísérlet a legtöbb pszichológiakönyvben szerepel, amolyan viselkedéslélektani sláger, így aztán nehezen érthető, hogy miért nem volt elsöprő hatása, hogy a törődés, a simogatás miért nem épült be a közgondolkodásba, miért vannak a mai napig kemény drótmamik és drótpapik? És abba belegondoltunk-e, hogy ha a COVID–19 járvány sokáig tart, miként hat majd azokra a gyerekekre, akik a társaiktól elszakadva mostanában csak az anyjuk mellett nevelkednek? Nem lesznek-e félénkek és agresszívek a

társaikkal, amikor visszakerülnek az iskolai közösségbe úgy, mint a majomóvodások?

A kérdés, hogy puha vagy kemény mamik és papik legyünk-e, a kamaszkorban különösen égetővé válik.

Amikor a nagyobb gyerekeim kamaszodni kezdtek, és a feleségem panaszkodott gyerekpszichológus barátnőjének, hogy nem tudja, mit kezdjen a lázadásaikkal, ő röviden csak annyit felelt: *„Tudom, a gyerek, az borzasztó!”* – és elnevette magát.

Juli tizenkét éves volt, a haját két copfban hordta, és metszett vágású mókusszemei csillogtak, amikor egy nap azzal állított haza, hogy eldöntötte, ő katolikus lesz, mint Bogi, a legjobb barátnője. „Ez nagyszerű – mondtam –, a mi családunkban vallásszabadság van, az egy nagyon szép vallás, miben tudnék segíteni, hogy jó katolikus légy?” „Kellene egy kereszt” – felelte kicsit fontoskodva. Feltúrtuk a lakást, de nem találtunk otthon feszületet, találtam viszont egy vastag, arany kartonpapírt, úgyhogy kivágtunk belőle egy szép keresztet, és kitettük Juli ágya fölé, elővettük a Bibliát és átvettük az imákat. Juli nagyon jó katolikus lett, nem ölt, nem lopott, nem paráználkodott és szerette felebarátait (különösen Bogit), mint tenmagát. Reggel, este imádkozott, és úgy tűnt, minden megy a maga útján. Hanem aztán, úgy két évvel később, közölte, hogy

meggondolta magát; inkább zsidó lesz. „Ez is jó döntés – mondtam –, ugyan némiképp ellentétes utat jársz be, kislányom, mint Jézus Krisztus, de az Úr szándékai kifürkészhetetlenek, az is egy szép vallás, és ha úgy gondolod, légy inkább zsidó, attól még Bogit ugyanúgy szeretheted.” Átvettük a zsidó ünnepeket, és Juli ezúttal nagyon jó zsidó lett.

Aztán egy nap Bori hazajött, és elmesélte, Fruzsival a Krisna-templomban jártak, megbabonázta a füstölők illata, a *Hare Krisna* mantra zenéjére himbálózva éneklő, kopaszra borotvált fejű, lófarkos szerzetesek és a száriba öltözött szerzetesnők látványa, úgy érzi, végre megtalálta, amit keresett, úgyhogy ő Krisna-hívő lesz. „Az is nagyon szép vallás – mondtam –, minden vallás szép, ha úgy érzed, légy nyugodtan krisnás.” A családi hagyományunk olyan rugalmas és befogadó, hogy abba gyakorlatilag minden belefér. Bori lázadni akart, de nem tudta, kitaposott mezsgyén járt.

A birtokos középnemes Kepes-család valamikor szombatos keresztény volt, de aztán a szombatosok üldöztetése idején a család kettévált, egy részük keresztény lett, másik részük – akik ragaszkodtak a szombathoz – felvette a zsidó vallást. Azután is ki-be keresztelkedtek. Születésemkor engem is megkeresztelt egy református lelkész, bár szüleim nem annyira vallásosságból, inkább félelemből döntöttek a

keresztelőm mellett. Auschwitz még túl közel volt.

Az egyik legenda szerint, azon a vidéken, ahol őseim éltek, a Partiumban, egymás mellett volt a keresztény és a zsidó temető, csak egy mezsgye választotta el a kettőt, és a Kepesek, a két hithez egyformán kötődve, a mezsgyére temetkeztek. A múlt században apám családja a Gnosztikus Társasághoz tartozott – nagyapám unokatestvére, dr. Kepes Ferenc volt a magyarországi kör vezetője. Népszerű ember volt a maga korában, róla mintázta a szobrász Blaha Lujza sírján a lantját pengető nagyszakállú alakot. Az eredetileg korai keresztény gnosztikusok az ókori görög, az egyiptomi, a babiloni, a zsidó és a keresztény tanítások egymásba fonódó hitében keresték az élet értelmét. A keleti tanok és a miszticizmus iránti vonzódás is folyamatos hagyomány volt a családban, párizsi nyelvész és költő unokatestvérem, Jean-Michel, a Sorbonne egykori tanára fordította szanszkritból franciára a háromezer éves hindu eposzt, a *Mahábhárratá*t, édesapja, Péterfalvi Mihály pedig a görög-örmény spirituális tanító, Gurdjieff munkásságát kutató párizsi intézet igazgatója volt. Apám egyik nagybátyja is kilencvenéves korában kezdett szanszkritül tanulni. Nyilván úgy gondolta, ebben az életkorban előbb-utóbb jól jöhet egy holt nyelv.

Bori szobáját belengte a füstölők illata, oltárt épített a hindu istenségeknek, a múrtiknak, szólt a *Hare Krisna*,

Bori lemondott a húsról, a tojásról, a hagymáról, a gombáról, szárit öltött, és boldog volt. Az anyja ugyan nehezen nyugodott bele, hogy szép, okos lánya a benzingőzben könyveket árul, és ahogy mondta, „maskarások előtt hajbókol”, de végső soron minden egyházi öltözetet lehetne maskarának nevezni, ha kívülről nézzük, Borinak pedig kifejezetten jól állt a szári, úgy festett benne, mint egy hindu hercegnő. Kicsit azért én is aggódtam. Fölkerekedtem, és elmentem a templomba, hogy találkozzak a gurujával. A guru kövér skót ember volt, karján tetoválásokkal, még azokból az időkből, amikor rockzenész és kamionsofőr volt, abból képezte át magát gurunak. Egy lakókocsiban lakott a templom kertjében, és nem értette a látogatásom okát. „Szülői értekezletre jöttem” – mondtam. Kimeresztette a szemét. „Itt ilyen nincs” – mondta. „Eddig lehet, hogy nem volt, de mostantól lesz – közöltem –, mert én szabadelvű szülő vagyok, úgy gondolom, a gyerekeim járják csak a maguk útját, de szorongó szülő is vagyok, úgyhogy számítsanak rá, hogy én majd mindig ott lihegek a lányom nyomában, hogy ha segítségre lenne szüksége, kéznél legyek.” Mit tehettek, belenyugodtak. Annál is inkább, mert időközben Bori feleségül ment a guru fiához, a guru lett a nászom, és ebből a házasságból született Bruno unokám, akinek ilyenformán az egyik nagypapája egy skót guru, a másik pedig én.

Azt kértem Boritól, ne rekedjen meg a felszínen, ismerje meg jobban a hinduizmust, művészeti könyveket vásároltam, együtt tanulmányoztuk, és lányomnak köszönhetően én is sokat tanultam erről az ősi világvallásról.

Juli akkor már alternatív volt. Egy alternatív zenekarban énekelt, feketére színezte gesztenyebarna haját, és szegecsekkel kivert fekete bőrdzsekiben járt. Kamasz fiúk százai rajongtak érte, „Julika, te vagy az isten!” – kiabálta mellettem sipító hangon egy pattanásos, nyakigláb fiú az egyik koncertjén. A húgával hajnalban a lépcsőházban találkoztak. Juli akkortájt ért haza az éjszakából, Bori pedig akkor indult a templomba a hajnali istentiszteletre. Kölcsönösen sajnálták egymást: Bori Julit, hogy milyen feslett életet él, Juli Borit, hogy eltékozolja az életét egy bigott vallásra.

Barátaim győzködtek, ne legyek ilyen gyönge kezű apa, csapjak oda, talán még nem késő. Én viszont úgy gondoltam, ha egy gyereknek kamaszkoráig nem sikerül stabil értékrendet adni, akkor úgyis megette a fene az egészet. És valóban, Juli egy-két évvel később áron alul eladta a bőrdzsekit, tanulni kezdett, nagyszerű Alexander-technika tanár lett, az alternatív zenekar többi tagjai közül pedig az egyik ismert fotóriporter, a másik sikeres pszichiáter professzor, a harmadik pedig a Sorbonne doktora lett. Némi kitérő után Bori is

eltávolodott a Krisna-egyháztól, elvált a guru fiától és megtalálta igazi párját, elvégezte az egyetemet és a gyerekek által körülrajongott rajz- és vizuális kultúra tanár lett. A férje kedvéért felkerült a falra a feszület is, Julinál pedig nemcsak dísz a nyolcágú hanukai gyertyatartó, hanem ünnepkor annak rendje és módja szerint égnek a gyertyák. Mindkét nagylányom kétgyermekes, nagyszerű családanya lett.

Juli már felnőtt volt, amikor egyszer megjegyezte: *„Papa, ugye tudod, hogy ha néha nemet mondtál volna, mi akkor is ugyanúgy szerettünk volna!”* A mondat talált, mellbevágott és elgondolkodtatott. A többi gyerekemnél már jobban igyekeztem megtalálni az egyensúlyt az engedékenység és az észszerű korlátok billegő libikókáján.

Amikor egyik barátnőnk a kislányukat szülte, a szomszédos kórházi ágyon fekvő néni megjegyezte: *„Na, aranyom, mostantól míg a szemét végleg le nem hunyja, egy nyugodt pillanata nem lesz!”* És ez így van. A gyerek nem borzasztó, bár néha (inkább gyakran) – különösen amíg kicsi vagy kamasz – elég idegesítő tud lenni, viszont folyamatos öröm és állandó tanulás.

A kamaszkor gyereknek, szülőnek egyaránt macerás. A felnőtt többnyire élete sorsfordulói során gondolkodik el

az éppen aktuális életszakaszon, a tininek viszont egyszerre szakadnak nyakába az önmegismerés, a szerelem, a pár- és társas kapcsolat, a szexualitás, a pályaválasztás és a halálszorongás kínzó kérdőjelei, miközben kritikus megfigyelő, felismeri, hogy a felnőttek korántsem olyan jó fejek, mint korábban képzelte, és úgy érzi, ebbe az értetlen világba kellene neki beilleszkednie. Közben zubognak a hormonok, túlérzékeny, megnő keze-lába és a belső szervei, a szervezete nehezen viseli ezt a fizikai megpróbáltatást, fáradékony, pedig szerencsés esetben az iskola mellett még sportol, nyelveket és zenét is tanul. Az iskolarendszer se veszi tekintetbe a serdülőkor sajátosságait. Az ismereteket jobbára nem a tizenévesek életkorának megfelelően rendszerezi, a pedagógusok többsége képtelen a tárgyát szórakoztatón leadni, holott már egy felgyorsult, digitális világ ritmusával és látványvilágával kell versenyezniük a kamaszok szemében. És ezekre az évekre időzíti az oktatási rendszer a nyomasztó gimnáziumi felvételi vizsgákat, amitől gyerek és szülő egyaránt szorong, mert igazságtalanul meghatározza a gyerek további sorsát. Pedig szegény kamasz szíve szerint délig aludna, nyilván a bulikból se akar kimaradni, hiszen a szociális kapcsolatok is ebben az életkorban fejlődnek, mégis mindenki szekírozza, hogy lusta, mint a dög, nem lesz belőle semmi, jó esetben vécépucoló. Csoda, ha szemtelen,

ha hazudik és bezárkózik?

Ez az az időszak, amikor az ember gyermeke mindent ki akar próbálni, cigit, italt, esetleg még a drogokat is, és dacol a veszéllyel, amitől a szülőknek jogosan égnek áll a hajuk. Még azoknak a szülőknek is, akik ugyanúgy dohányoznak és alkoholizálnak. A kamasz mit kezdjen az effajta tiltásokkal egy olyan országban, ahol a WHO becslése szerint 900 ezer alkoholista van, minden negyedik felnőtt dohányzik, és a bor-, a pálinkaivászat virtus, a nemzeti kultúra része? Ha a szinte minden második családra jutó alkoholbetegek számához hozzáadjuk a statisztikát a családon belüli erőszakról, akkor kiszámolhatjuk, hány gyerek nő fel mérgező környezetben.

A szigorúság, a büntetés és a tiltás se működik, mert ellenállást szül; a kamasz ilyenkor hazugsággal védekezik és titokban csinálja, ami lehet, még veszélyesebb, mert a szülő se ellenőrizni, se tanácsot adni nem tud neki. Egyik kedves szerzőm többek között így ír erről a korszakáról: „Tanulnom kellett. Mi haszonra? Szegény fejem nem értette, de megvertek, ha lusta voltam. A felnőttek dicsérték ezt a módszert.” Megvallja, hogy serdülőkorában ő is hazudott, és hogy elnyerje szülei és társai elismerését csalt, sőt lopott is. Mindent csinált, amit tiltottak. „Hogyan tudtam kedvemet találni a tilalmasban, tisztán azért, mert tilos volt?” – kérdezi. Ha az olvasó

most azt képzeli, egy liberális gondolkodó visszaemlékezéseiből idézek, akkor téved. A szerző az időszámításunk utáni 4. században élt Szent Ágoston püspök és filozófus.

Egyébként valamennyire mindenki csal és hazudik. Ki többet, ki kevesebbet. Néha szépítésnek nevezzük, vagy kegyes hazugságnak, néha csak nem mondjuk el az igazságot, mert nem áll érdekünkben. Már a kisgyerek is csal a játékban, esténként füllent, mindenfélét kitalál, pisilni kell, szomjas vagyok, éhes vagyok, csak ne kelljen lefeküdnie. Nyerni akar. Játékot, önbecsülést, odafigyelést, időt a szülőkkel. Később puskázik és lóg az iskolában. Mi, felnőttek is csalunk, amikor a kisgyerekünkkel játszunk; hagyjuk nyerni, nehogy elmenjen a kedve a játéktól. Akkor se vagyunk egyenesek, amikor az agyunkban folyamatosan és serényen dolgozik a sajtófőnök, aki gondosan szűr minden olyan kimenő információt, amit károsnak talál ránk nézve, igyekszünk magunkról a legjobb képet festeni a Facebookon, az életrajzokban, a munkahelyen, a szerelmünk előtt. Még el is hisszük, amit magunkról állítunk. Önismerettől függően ki-ki folytathatja a felsorolást kedve szerint. Ha valaki netán azt állítaná, hogy ő kivétel, ő soha nem hazudik, akkor máris megvan a bizonyíték a hazugságára.

Nem az a baj, ha a kamasz mindent kipróbál. Hiába

ámítják magukat a szülők, a világra nyitott, kíváncsi fiataloknál ez előbb-utóbb úgyis bekövetkezik, bár valóban jobb később, mint túl korán. Stanfordon, az elitegyetemen végignéztem, hogy a legjobb családok elkényeztetett úrilánykái a sok korlátozás után miként csaptak bele a lecsóba, a szexbe, az italba, fűbe, fába, hogy behozzák a lemaradást. Szigorú egyházi iskolák szende kislányainak titkos életéről is tudnék mesélni. Szülőként legfeljebb azért imádkozhatunk, hogy csak ússzák meg nagyobb bajok nélkül a serdülőkort, és hogy mindig érezzék a szülői figyelmet, az elfogadást, hogy szükség esetén van kire támaszkodni.

Nálunk a családban az a szabály, hogy minden csibészség megbocsátható, ha a gyerek őszintén bevallja, mert a bajban csak úgy tudunk segíteni. Még azt is lenyeli az ember, ha ebben a korban a kiskamasz néha kicsit szélhámoskodik és lódít, mondjuk amikor el akar lógni egy rázós dolgozatot, vagy ha úgy érzi, belehalna, ha nem jutna el egy létfontosságú buliba. Ha Szent Ágostonnak megbocsátottuk, miért ne bocsátanánk meg a saját gyerekünknek? Egy egészséges fiatal, jól működő szülői értékrend és őszinte családi légkör mellett ezeket a morális bukkanókat egy-két év alatt elsimítja. A baj az, ha valaki megreked ezen a szinten, és tovább csal, lop, hazudik akkor is, amikor felnő, amikor politikus, üzletember, újságíró, jogász vagy egyéb foglalkozású lesz.

Akik csak aprókat füllentenek, azokat tiszteljük, akik túl sokat csalnak és hazudnak, ráadásul még lopnak is, azok előbb-utóbb börtönben végzik. Noha a tapasztalataink ez utóbbit nem mindig igazolják, az erkölcsi érzékünk és az igazságérzetünk makacsul ebben reménykedik.

Nem könnyű tudomásul venni, amikor a gyerekünk elkezd lesajnálni bennünket. Felhúzott szemöldökkel, udvarias, elnéző mosollyal kezdődik. Ez is úgy kamaszkor táján jelentkezik, amikor megreccsennek a szülői puha diktatúra eresztékei, és egyszer csak kiderül, hogy már nem vagyunk istenek a gyerekeink szemében. Pedig olyan jó istennek lenni. Értem én a zsarnokokat, csak nem szeretem őket. Végül is mennyivel egyszerűbb, ha nincs vita, ha mindig az történik, amit az ember akar. A tekintélyelvű emberek azzal hitegetik magukat, hogy jót akarnak, és azt hiszik, csak az a jó, amiről ők azt hiszik. S persze mindig akadnak, akik készséggel elfogadják, vagy saját érdekükben úgy tesznek. De vannak, akik mégis vitatkoznak, önálló gondolataik vannak. „Nekik is vannak gondolataik, elképesztő!” – bosszankodik ilyenkor az autoriter alkat.

Rozi és Kata szelídebben kamaszodtak, mint a nagyok,

Lujzi szintén keményebb ellenálló lett. Őt nyilván nevelési céllal küldte az anyukájának a Jóisten, a sors, vagy aki a gyerekeket okulásul kiszemeli nekünk. Az autonóm, lázadó gyerek ugyanis a legjobb lecke a szülőnek. Kiderül, hogy ki az, aki ilyenkor a szeretet és az elfogadás eszközéhez nyúl, és ki igyekszik megtépázott tekintélyébe kapaszkodni, amitől a respektus csak tovább foszlik. A tekintélyelvű vezetők és szülők fegyvere a terror, enyhébb formában a manipuláció és az egzisztenciális fenyegetés; csak az juthat zsíros üzletekhez, csak azt léptetik elő, csak az kap év végi jutalmat, aki ért a szóból. A többiekre pedig ráküldik az adóhivatalt, ráuszítják pórázon tartott sajtóvérebeiket, ugrik a zsebpénze, nem mehet buliba, lojalitástól függően mindenki megkapja azt, ami jár neki: mézesmadzagot vagy korbácsot. Többnyire a diktátorok apja (vagy anyja) is autoriter szülő volt. Ilyen közegben nőttek fel, ők ezt tanulták. A gondolkodás és az értékrend szocializáció és kultúra kérdése is.

Egy ország iskolarendszerét is meghatározza, hogy mi a cél: megtanítani a gyerekeket kritikusan, a változó világnak megfelelően rugalmasan és kreatívan gondolkodni, vagy lejárt szavatosságú, esetleg az életkoruk befogadóképességét meghaladó ismeretekkel tömni tele a tanulók fejét. „Azt vallom, hogy középiskolában nem az a fontos, hogy a diákoknak

megtanítsák az egyetemi tananyagot, hanem hogy érzelemgazdaggá, kiegyensúlyozottá, emberséges emberré neveljék őket. […] Igazán kreatív emberek azok lesznek, akiknek gazdag az érzelemviláguk. Ennek gazdagítása pedig nagyjából a középiskolás kor végéig tart, és nagyon fontos része a művészeti nevelés. A fogékonyságot, a nyitottságot kell megszerezni a középiskolában, aztán az egyetemen jöhet a tudomány" – mondta egy interjúban Freund Tamás, a nemzetközi hírű agykutató, akit 2020-ban a Magyar Tudományos Akadémia elnökévé választottak.

Kína a fejekben még ma is úgy él, hogy külföldi licenceket lopkodó, hatalmas fröccsöntő üzem. A legutóbbi PISA-felméréseken azonban kiderült, hogy az új típusú oktatási rendszer bevezetésével, a kreativitásra helyezve a hangsúlyt, az ázsiai nagyhatalom rövid idő alatt a világ élvonalába tört. A kínai gyerekek minden mért kompetenciában – szövegértésben, matematikai és természettudományos ismeretekben – nagyjából három évvel előbbre tartanak magyar kortársaiknál, akik az OECD-átlag alatt vannak. A magyar tanulók egyötöde nem tud rendesen olvasni, nem érti, amit olvas, gyengén számol és az alkalmazható tudása versenyképtelen lesz a jövő gazdaságában.

Ha valaki ebből netán azt a következtetést vonná le, hogy az autoriter országok oktatási rendszere eredményesebb, akkor téved. Kína inkább kivétel. Az élvonalban zömmel demokratikus országok vannak: Szingapúr, Észtország, Kanada, Finnország, Írország, Dél-Korea, Lengyelország.

Vannak persze kiemelkedően jó iskolák nálunk is, ahonnan a legjobb külföldi egyetemekre is be lehet jutni, de megalázóan igazságtalan az ország nagy átlagának leszakadása ezektől az elitgimnáziumoktól. Hátrányos helyzetű családok tehetséges gyerekeinek tízezrei kallódnak el, ami az országnak is kárára válik. Mondom ezt azzal a tudattal, hogy az én gyerekeim is felvételt nyertek a legjobb hazai középiskolákba.

Az is alapvető kérdés, hogy a rendszer bízik-e az emberekben, a pedagógusokban és a gyerekekben, vagy inkább ideológiai alapon, központilag írja elő, milyen tankönyveket lehet használni, sőt, egyáltalán mindent központilag ír elő, és üldözi az önálló gondolkodást; iskolaőrséget állít fel, mert a félelemkeltést eredményesebbnek véli a magas szintű oktatásnál és nevelésnél.

Nálunk a családban nem az utóbbi elvet követtük.

Rozi születésekor imádkoztunk, hogy élve maradjon. Az orvos szerint harminc százalék esélye volt rá. Nem szívesen mesélem, mert még ma is sírva fakadok, nem

csoda, ha Rozit idegesíti. Engem is. Ő már az inkubátorban is éltanuló volt, precízen szopogatta a belógatott gézről a cukrozott oldatot, ahogy azóta is mindent okosan, tudatosan, precízen és szorgalmasan csinál. Ő az örök eminens, akit elrontani sem lehet. Pedig a nővérei – akik az iskolát sokkal lazábban kezelték, mint ő –, próbálták. Felajánlották neki, ha hoz végre egy egyest, ajándékot kap. De hiába, ő csak ötöst tudott hozni. Egy nap hazajött az iskolából és eldicsekedett, hogy egyes ugyan nincs, de kiküldték az osztályból, mert beszélgetett. Reménykedve kérdezte, hogy ez számít-e. Így hát Bori készített neki egy „Kiküldtek az Osztályból" kitüntetést, amit Rozi büszkén viselt. Amikor Rozi hároméves korában a második műtéten is átesett, és látszott, minden szerve tökéletesen működik, azt mondtam, akkor lesz kerek a történet, amikor majd átveszi a Nobel-díjat, én ott ülök az első sorban, és valaki azt kérdezi tőlem, „Ez ugyanaz a Kepes Rozi, aki tavaly Wimbledonban megnyerte a teniszdöntőt?". És akkor én majd kicsit megindultan, de szerényen bólintok. Itt még nem tartunk (jó vicc, nem is teniszezik, a szülői álmok már csak ilyenek), de saját erejéből kiváló külföldi egyetemeket végzett, nagyszerű ösztöndíjakat szerzett magának, és Londonban sikeres közgazdász. Tudom, rémes, amikor valaki a gyerekeivel dicsekszik. Én is utálom, amikor mások teszik ezt. A legidegesítőbb benne az, hogy elveszik

az időt, hogy én büszkélkedhessek az enyémekkel. De most nem erről van szó. Csupán azért hozok személyes példákat, mert ezeket ismerem a legjobban.

Időbe tellett, míg örülni tudtam, ha megmosolyogtak a gyerekeim. Mert ez az önállóság jele, a felnőtté válás fontos lépcsőfoka, amikor már nem fölnézni akarnak a szülőkre, hanem egyenrangú félként tekintenek rájuk. Mert egyenrangúak, tiszteletre méltók, sok tekintetben többet tudnak nálunk. Valamikor a szüleimnek akartam megfelelni, később a feleségemnek (ez még most is tart), de az utóbbi időben akkor vagyok a legbüszkébb, ha a gyerekeim szemében látom az elismerést. A kamasz Lujzit a minap egy különösen jól sikerült dolgozata után megdicsértem, azt mondtam neki, már nem aggódom a jövőjéért, aki ilyen alapos, aki ilyen eredetin és szabadon gondolkodik, biztosan megtalálja a helyét az életben. Nagyot nőttünk egymás szemében. Először fordult elő, hogy a véleményemet kérte, milyen könyveket ajánlok neki olvasásra, holott korábban, ha ezzel kísérleteztem, megmosolygott: csak nem képzelem, hogy az én ízlésem szerint fog olvasni. A nagyobbaknak is követem a munkáját, Katának, aki Londonban tanul, mindig elolvasom azokat az egyetemi dolgozatait, amiről úgy gondolja, jól sikerültek. A pszichológia egyébként is

érdekel, sokat tanulok tőle. Cserébe, a megjelenés után négy évvel, ő is elolvasta az egyik könyvemet. Az a gyerek, akit tisztelnek a szülei, megtanul tisztelni másokat. Akár még a szüleit is.

Az a mániám, hogy egy ember személyisége már egész kisgyerekkorban, olykor a születés pillanatában megállapítható. Lukácsot a felfokozott érzékenysége, a benne viaskodó két angyal – a jóságos és az a kiszámíthatatlan másik, aki néha meglepően hasonlít egy kisördögre – alighanem végigkíséri majd az életét. Ettől izgalmas, sok figyelmet és szeretetet igénylő, megfejtésre váró talány ő. Jó humora van, ha valami érdekli, képes úgy elmélyedni benne, hogy a világról is elfeledkezik. Lujzi már kiskorában jelmezek mögé bújva igyekezett elrejteni zárkózott személyiségét. A szerepekből kikacsintva pontos és kritikus megfigyelő, határozottan jó pszichológiai érzékkel. Bakfisként most a smink, a napszemüveg, a márkák az álca, és valószínűleg felnőttként is titokzatos lesz. Kata, a születésekor ázsiai vágású szemével, húsos, kerek képével úgy festett, mint egy keleti bölcs. Külsőleg egyáltalán nem hasonlított mai önmagára. Nyilván még magán viselte előző élete vonásait, szólt belőlem – tudós barátaim állandó megrökönyödésére – a spiritualitástól nem idegenkedő apa, aki a természettudományos magyarázatok hiányosságait olykor misztikus tanokkal pótolja. Kata

vonásai fokozatosan átalakultak, de szelíd bölcsessége, mindenkit megértő lelke megmaradt. Kiskorában, ha valami dilemmájánál azt mondtam neki, döntse el maga, sírós hangon közölte: „Tudod, hogy nem tudok dönteni!” Az okosok néha nehezen döntenek, mert olyan sok megoldást látnak a problémára, hogy a megfelelő kiválasztása hosszas mérlegelést igényel. Kata egyébként is érzékeny arra, hogy senkit ne bántson meg. Vannak gyorsan és lassan gondolkodó okosok, és vannak gyorsan és lassan gondolkodó ostobák. A gyorsan gondolkodó okosok néha a lassan gondolkodó okosokat is hülyének nézik, holott a lényeg: képes-e valaki a részleteket és az ellenérveket is alaposan tanulmányozva a kritikus gondolkodásra. Márpedig ez időbe telik.

Az egyik legizgalmasabb dolog a gyereknevelésben, hogy hasonló génállománnyal és nevelési elvekkel végül mégis minden gyerek különböző lesz. A maga módján lesz tökéletes. *„Szeresd a gyerekedet olyannak, amilyen, és akkor olyan lesz, amilyennek szeretnéd!”* – tartja a régi bölcsesség.

Hogy milyen körülmények közé születünk, természetesen az is meghatározza a boldogságunkat.

„Rosszul születünk!”

Amikor Ludwig van Beethoven megszületett, az anyja ránézett és elborzadt, milyen csúnya gyerek. Állítólag viszolyogva eltolta magától, és azt mondta: „Vigyék innen, látni sem akarom ezt a ronda gyereket!”. Ez volt az oka, állítja Frédérick Leboyer francia nőgyógyász és író, hogy később Beethoven megsüketült. Próbáltam utánajárni az amúgy jól hangzó történetnek, de nem találtam forrást. Az életrajzok valóban nem említenek olyan sérülést vagy orvosi műhibát, ami a zeneszerző halláskárosodását okozhatta volna, de arra sincs bizonyíték, hogy ez a mondat és a vele járó lelki megrázkódtatás eredményezte Beethoven siketségét. Mindenesetre, „ha nem igaz, akkor nagyon jól lett kitalálva”, ahogy Giordano Bruno mondta. Persze, nem erre.

„Rosszul születünk!” – állította Leboyer doktor. Elgondolása szerint születésünk nyomot hagy az emlékezetünkben, és tudat alatt egy életre meghatározza a sorsunkat. A hagyományos kórházi műtő, fények és éles hangok helyett gyöngéden, gyertyafénynél kellene születnünk, mindenféle felesleges orvosi beavatkozás nélkül, mert szükség van egy átmenetre az anyaméh

meghitt oltalma és a nyers, zajos külvilág között. Ha így születnénk, mondta szenvedélyesen a törékeny, szuggesztív férfi, akkor nem ordítva, hanem mosolyogva jönnénk a világra. És úgy is élnénk. Legnagyobb elképedésemre fotókat is mutatott mosolygó, magzatmázas újszülöttekről.

Én nem elég, hogy rosszul születtem, de rosszkor is. „Ébredjen, elvtársnő, fia született!”– mondta a szülészorvos kábult anyám fölé hajolva. Közben egy nővér fölkapott, hogy megmosdasson és lemérjen – súly, hossz, fejkörfogat –, mert az ember csak megfelelő adatok birtokában illeszthető be a társadalomba. A hivatal szerint legalábbis.

Akkoriban szinte mindenki elvtárs volt, legalább a megszólítás erejéig. Volt „kedves elvtárs”, „igazgató elvtárs”, „őrmester elvtárs”. Sok olyan elvtárs is volt, aki amúgy szíve szerint nem lett volna elvtárs, csak a biztonság kedvéért lett az. Aztán voltak, akik még vagy negyven évig elvtársak maradtak, csak azóta elfelejtették.

Néhány éve egy barátom letett elém egy hivatalos levelet a hatvanas évek végéről. A levél egyetemista koromból származott, és a befejezése úgy szólt: „elvtársi üdvözlettel”. Mennyire nevetséges! Micsoda meghunyászkodó ember lehetett, aki hajlandó volt egy ilyen idétlen levélfordulatot használni, gondoltam. Aztán bamba képpel meredtem a papírra: az én aláírásom

szerepelt rajta.

Tapintatos, jótékony memóriánk sikeresen kitöröl az emlékezetünkből mindent, ami mára kínos lenne és rombolná az önbecsülésünket. Többnyire nem hazudunk. Így emlékezünk. Többnyire… Ez az oka, hogy nagyszüleink, dédszüleink nehezen tudták hitelesen visszaidézni, hogy is volt az, amikor beletörődtek vörös és fehér terrorokba, Trianonba, Don-kanyarba, haláltáborokba és kitelepítésekbe, nyilas és kommunista uralomba. Ők úgy emlékeztek, hogy arról mindig mások tehettek, ők legfeljebb áldozatok voltak. Mi sem értjük, miért csóválják hitetlenkedve a fejüket a gyerekeink, amikor igyekszünk megmagyarázni Kádár-kori megalkuvásainkat és az elsinkófált rendszerváltást. Legfeljebb a kaján gondolat vigasztalhat bennünket, hogy majd megértik, amikor az ő gyerekeik hányják a szemükre a jelenlegi korszakot, hogy miért tűrték el a korrupciót, a hatalmi visszaéléseket. És ez így megy évszázadok óta.

A 20. században nem akadt olyan rétege a magyar társadalomnak – burzsoák és proletárok, munkások, parasztok, értelmiségiek, keresztények és zsidók, népiesek és urbánusok, cigányok, svábok, tótok, szerbek, oláhok –, akit egy másik társadalmi csoport ne alázott, ne hurcolt volna meg. Mindenki megszenvedte a magáét. Az ember azt gondolná, ez elegendő tanulságul szolgálhatott

volna mindenki számára. Úgy tűnik, mégse.

Amerikában élő fotós ismerősöm mesélte, hogy a *National Geographic Magazine* megbízásából közeli rokonainkat, kihalófélben lévő hegyi gorillákat fényképezett Afrikában. Az ezüsthátú gorilla, noha hatalmas testű állat, akár kétszázhetven kilósra is megnőhet, békés növényevő, így a fotóriporter bátran közel ment hozzájuk. Majd váratlanul az egyik állat visszakézből úgy képen teremtette, hogy fél óráig eszméletlenül feküdt. Amikor magához tért, afrikai kísérője szabadkozott, hogy nem volt ideje figyelmeztetni rá, vigyázzon, mert az állatnak kölyke van, és féltheti a kicsit. Fotós kollégám próbálta összeszedni magát, King Kong még mindig ott volt a közelében, és ő tanácstalanul kérdezte a kísérőjét, hogy most mitévő legyen. „Ülj nyugodtan, és ne nézz a szemébe, bocsánatot fog kérni” – mondta az állatokat jól ismerő afrikai férfi. Ismerősöm kábultan, lesütött szemmel üldögélt, hogy egy ekkora pofon után milyen nyugodtan, azt el lehet képzelni. Aztán a hatalmas állat lassan odament hozzá és leült mellé, olyan szorosan, hogy a karján érezte az állat szőrét. És akkor a gorilla finoman a fotóriporter combjára tette a kezét. „Most bocsánatot kér – mondta a kísérő –, nem akart bántani, csak féltette a kicsinyét.”

Mifelénk már mindenki mindenkit képen vágott a történelem során, és bizonyára mindenki meg tudja

indokolni, miért. De odáig még nem jutottunk el, mint a gorillák, hogy leüljünk a másik mellé, és azt mondjuk, „bocsi, öreg!”.

Az emberek egymás közti agresszióját a modern társadalmak többsége elítéli. De ennek inkább morális és praktikus okai vannak, hiszen az agresszió ugyanolyan faj- és létfenntartási ösztön, mint az összes többi. Ösztönöket elítélni nyilván botorság lenne, de a békés együttélés céljából a civilizált ember megtanulja szabályozni az ösztöneit. Konrad Lorenz, Nobel-díjas etológus megkülönbözteti a táplálékszerző állat ölési szándékát és a saját fajtája ellen irányuló agressziót. A vadászó állat célja sohasem a préda fajának kiirtása, hiszen nem olyan ostoba, hogy kipusztítsa saját éléskamráját. Az állatoknál az igazi agresszió célpontja kizárólag fajtársaira irányul az adott területen való egyenletes eloszlás, illetve az ivadékok védelme érdekében. A hímek közötti rivalizálás is a faj genetikai megerősödését szolgálja.

A felgyülemlett és elfojtott agresszióját már némely állatfaj is igyekszik átirányítani másfajta cselekvésre, erre szolgál a bűnbakképzés. Megfigyelték például, hogy az akváriumban tartott tarkasügérek és a brazíliai gyöngyházhalak hímjei a párzás idején üldözőbe veszik a

többi hímet. Amikor jó szándékú akvaristák elkülönítik a boldog ifjú párt, a bűnbak kiiktatásával az agresszió egyszer csak irtózatos „családon belüli erőszakba” fordul át: a hím ízekre szaggatja a nőstényt, elpusztítja az ikrákat is. Az embernél az ártatlanul megvádolt népcsoportok szolgáltatják az átirányított agressziót, a bűnbak szerepet, bizonyítva, hogy „a teremtés koronája” messze nem emelkedett ki annyira az állatvilágból, mint ahogy azt büszkén hirdeti magáról.

Akik nem képesek szabályozni az ösztöneiket, megtanulják felmenteni magukat. Évszázadok óta vagy sajnáltatjuk magunkat, vagy a szőnyeg alá söpörjük a bűneinket, abból a téveszméből kiindulva, hogy különben csorbulna a nemzeti büszkeségünk. Holott éppen az lehet büszke magára, aki képes szembenézni a hibáival, aki képes feldolgozni a múltat és felnőtt ember módjára dönteni a saját sorsáról. Néha érdemes előkotorni régi emlékeket, olykor csak mondatokat, és nemcsak azokat, amelyekre büszkék vagyunk, hanem azokat is, amiket ma már szégyellünk. Mert úgy teljes a kép. Csak ne lenne az a fránya szó, amit minden nyelven a legnehezebb kimondani, hogy: *tévedtem.*

Születésem idején a Gergely-naptár szerint 1948-at írtunk. Hogy érzékelhető legyen, milyen peches időben jöttem a

világra, néhány esemény ebből az évből: Indiában meggyilkolják Mahatma Gandhit; kikiáltják Izrael függetlenségét, majd másnap kitör az arab–izraeli háború; a magyar, a román és a csehszlovák kommunista párt bedarálja a szociáldemokratákat; a Szovjet Kommunista Párt elítéli a jugoszláv vezetést, Tito pedig ettől fogva az imperialisták „láncos kutyája”, a „béketábor ellensége”. Ebben az évben kötik meg a szovjet–magyar barátsági, együttműködési és kölcsönös segítségnyújtási szerződést – és ma már pontosan tudjuk, mit jelentett ez a barátság és segítségnyújtás. Megszüntetik a Budapesti Értéktőzsdét, államosítják a száz főnél több embert foglalkoztató üzemeket, a parasztságot pedig kötelezik, hogy a szovjet kolhozok mintájára hozzanak létre mezőgazdasági szövetkezeteket. Az egyházak ellenőrzésére megalakul az Egyházügyi Hivatal, letartóztatják Mindszenty József hercegprímás-érseket, és a születésem évében hozzák létre a rettegett Államvédelmi Hatóságot, az ÁVH-t, Romániában pedig a SECU-t.

Sokkal jobban persze akkor se jártam volna, ha 1918-ban az ötvenmillió ember halálát követelő spanyolnátha által fertőzött területek valamelyikén; 1929-ben, a nagy gazdasági válság idején Amerikában; a harmincas évek Szovjetuniójában; 1944-ben a gettóban; 1945-ben Hirosimában; az ötvenes években egy vagyonától

megfosztott paraszti, illetve kitelepített magyar családban; vagy az éhínségtől sújtott Kínában, Ukrajnában, Etiópiában születtem volna – hogy csak néhány példát említsünk a 20. század első feléből. Ne panaszkodjunk tehát! Végtére is megszületni, úgy általában, elég nagy rizikó. Különösen, ha a dolog kimenetelét nézzük, úgy is mondhatnánk, megszületni halálos veszély.

A hindu kronológia szerint a Kali-juga időszakában élünk. A Srímad Bhágavatam szerint ebben a korban az emberek kapzsik és könyörtelenek, a birtoklás vágya hajtja őket, semmibe veszik a szexuális korlátokat, egymást gyilkolják, a vezetők hatalmát pedig – az erény helyett – a törvény és a jog biztosítja. Mint látható, ez a tapasztalat nem új keletű.

A több ezer évvel ezelőtt keletkezett hindu szent irat szerint ez a korszak mindössze 432 ezer évig tart, úgyhogy türelem!

Az életünk nem a születéssel kezdődik. Némely ázsiai kultúrában az emberek korát eleve a megtermékenyítéstől számítják (rendesen bekavarva ezzel az abortusszal kapcsolatos vitákba), így az

élettörténetemet talán nekem is ott kellene kezdenem, amikor a papám spermája megtermékenyítette a mamám petesejtjét, és én zigóta lettem. Úgy képzelem, nagyon helyes kis zigóta lehettem – a mostani ábrázatomból talán nem is gondolnánk –, amolyan lilás fényben játszó, kerekded forma, a finom hártyám mögött már átsejlett a második sejtmagom. A tudat azonban, hogy csupán hidrogénből, oxigénből, szénből, nitrogénből és egyéb kémiai elemekből állok, kicsit mellbe vágott. Jó, az még érthető, gondoltam, hogy én egyszerű anyagok halmaza vagyok, no de Shakespeare, Kopernikusz, Leonardo, Mozart, Marie Curie és Einstein is? Akkor hol lakik a tehetség, a zsenialitás, az érzékenység, a humor? Vagy, hogy ne menjünk olyan messzire, vegyük csak az én sokat emlegetett sármomat, ami már zigóta koromban is különös ismertetőjegyem volt. Hogyan lehet szeretetre méltó egy rakás egymásba gabalyodott kémiai elem? Hogy lehet molekulákhoz érzelmileg viszonyulni? Ilyeneken morfondíroztam zigóta koromban.

Akkor még nem tudtam a csodát, hogy a testemben nemsokára 37 ezer milliárd sejt lesz, sokkal több, mint ahány csillag, bolygó, fekete lyuk és egyéb égitest van a Tejútrendszerben összesen. S noha mi, emberek igen hasonló anyagokból állunk össze, mégis van egyediségünk: az úgynevezett fenotípusunk, amit a genetikai felépítésünk, a környezet, a véletlen variációk

együttesen határoznak meg. Vélhetően ennek része az a bizonyos hajtóerő vagy inkább emberi hiúság is, hogy nem akarunk belenyugodni abba, hogy kémiai anyagok véletlenszerű halmazai vagyunk. „Kiemelkedni!” – ostoroztam magam öntudatlanul már az óvodában is, amire akkor a bohóckodás tűnt a legalkalmasabb formának. Aztán amikor első gyerekeim értelme csillogni kezdett, őket is arra biztattam: *„Mindegy, mi leszel, de abból légy a legjobb!”*

Ma már úgy gondolom, hogy a jó szándék ellenére, életem egyik legkártékonyabb mondata volt. Olyan terhet róttam a gyerekeim nyakába, ami alatt csak rogyadozni lehet, ami görcsössé, szorongóvá, boldogtalanná tehette volna őket. Ugyan miért kellene bármiből is a legjobbnak lenni? Egyáltalán, ki dönti el, hogy ki a legjobb? A sportban – ahol a stopperóra, a centiméter, a gólok száma mutatja, ki a gyorsabb, ki ugrott magasabbra, ki talált többször a kapuba – még talán létezik mérce, de ott is csak átmenetileg, aztán dőlnek a csúcsok, aki tegnap még a legjobbnak hihette magát, holnapra már nem az. De ki a legjobb tanár, szakács, orvos, villanyszerelő, tudós, művész? Ki a leggazdagabb, kinek van a legnagyobb hatalma? Ki az, akinél nincs vagy nem lesz gazdagabb, hatalmasabb?

Kisebb gyerekeimnek már azt mondtam: *„Mindegy, mi leszel, az a fontos, hogy élvezd a munkádat! És nem baj, ha*

hibázol, csak ismerd fel és tanulj belőle.” Nem kell félni a hibáktól, mert aki fél tőle, sosem próbál ki semmi újat. A kisgyerek is gyakran elesik, míg megtanul járni, mégse legyint, hogy: „na bumm, akkor legfeljebb nem fogok járni”, hanem feláll, és tovább próbálkozik. A hibának és a kudarcnak is az a szerepe az életünkben, hogy megtanuljunk felállni belőle.

A sikerein nem gondolkodik el az ember, azokat csak örömmel nyugtázza, a kudarcainkat viszont többnyire másoknak vagy a körülményeknek tulajdonítjuk. Pedig a kudarcaink is a mieink. Érdemes hozzájuk foggal-körömmel ragaszkodni, sokkal többet lehet tanulni belőlük, mint a sikerből. Nekem hosszú listám van a kedvenc kudarcaimból, a sikereimtől viszont inkább szorongtam. Nem értettem, és azt gondoltam, ha nem értem, mitől vagyok sikeres, azt se fogom érteni, amikor sikertelen leszek.

Anyám mondogatta: *„Kétféle boldog ember van. Az egyik, aki azt csinálhatja, amit szeret, a másik pedig, aki szereti azt, ami csinál!”* Anyám az utóbbi volt. Orvos szeretett volna lenni, de az élete nem úgy alakult. Viszont mindig lelkesen és szeretettel végezte a munkáját akár gyógyszertári asszisztens, akár rádiós szerkesztő, akár vezető diplomata volt.

Létezik egy harmadik fajta boldog ember is, aki azzal áltatja magát, hogy ő a legjobb – erre anyám se gondolt. Mi, magyarok az önsajnálat és az önfelmentés mellett ebben a műfajban is kiemelkedők vagyunk. Egyik gyakran emlegetett mítoszunk, hogy „a magyar a legtehetségesebb nemzet”. Ennek a termékeny önámításnak vannak persze feltételei: például néhány nemzetközi mércével mérve is kiemelkedő hazánkfia, akiknek a teljesítményét aztán magunkra is kivetítjük és általánosítjuk a nemzetre, holott a teljesítményükhöz édeskevés közünk volt. Való igaz, hivatkozási alapunk van bőven. Hogy csak egy szűkített listát idézzek – nem említve se múltunk nagyjait, se kiváló kortársainkat, mert különösen az utóbbiból biztosan sértődés lenne –, maradjunk a 20. század első felénél.

Kezdjük Hollywood hőskorával: a Paramount Picturest a ricsei születésű Zukor Adolf, a Fox Filmet – ami később beolvadt a 20th Century Foxba – Fried (Fox) Vilmos alapította. Magyar volt a *Casablancá*t rendező Oscar-díjas Michael Curtiz (Kertész Mihály), a *My Fair Lady*ért Oscart kapott George Cukor, az ugyancsak Oscar-díjas három Korda testvér (Sándor, Vince és Zoltán), és folytathatnánk a sort filmzeneszerzőkkel, producerekkel, látványtervezőkkel, operatőrökkel.

Magyar volt az egyik első amerikai sajtócézár, Joseph Pulitzer (Pulitzer József), és a fotográfiatörténet számos

nemzetközi hírű mestere is: Moholy-Nagy László, André Kertész (Kertész Andor), Brassai (Halász Gyula), Robert Capa (Friedmann Endre), Kepes György, Lucien Hervé (Elkán László), Martin Munkácsi (Munkácsi Márton). Több zseniális fizikusunk és elméleti matematikusunk – Szilárd Leó, Teller Ede, Neumann János, Kármán Tódor, Pólya György – nevét is a legnagyobbak között emlegetik.

És akkor még nem szóltunk a magyar Nobel-díjasokról, pontosabban, akiket magyarnak tekintünk: Philipp von Lenard (Lénárd Fülöp, fizika, 1905), Bárány Róbert (fiziológiai és orvostudomány, 1914), Richard Adolf Zsigmondy (Zsigmondy Richárd, kémia, 1925), Szent-Györgyi Albert (fiziológia és orvostudomány, 1937), Hevesy György (kémia, 1943), Georg von Békésy (Békésy György, fiziológia és orvostudomány, 1961), Eugene Paul Wigner (Wigner Jenő, fizika, 1963), Dennis Gabor (Gábor Dénes, fizika, 1971), Polanyi, John C. (kémia, 1986), Oláh György (kémia, 1994), John Charles Harsányi (Harsányi János, közgazdaságtan, 1994), Kertész Imre (irodalom, 2002), Avram Herschko (Hersko Ferenc, kémia, 2004).

Igaz, közülük sokan nem Magyarországon születtek, legfeljebb egyik szülőjük volt magyar, mások nem tartották magukat hazánkfiának, volt, aki magyarul sem tudott. Többségük a díjazott eredményét nem itthon érte el, és sokan voltak köztük, akiket honfitársai elüldöztek, aztán miután híresek lettek, büszkélkedni kezdtek velük.

Einstein írja valahol, hogy még az általános relativitáselmélet bizonyítása előtt a párizsi Sorbonne Egyetemen tartott előadást. Azt mondta a hallgatóknak: „Ha sikerül bizonyítani az elméletemet, akkor a németek azt fogják mondani, hogy német vagyok, a franciák meg, hogy világpolgár. Ha nem sikerül bizonyítani, akkor a franciák azt mondják majd, hogy német vagyok, a németek pedig, hogy zsidó”. Ebből a szempontból Kertész Imre példája különösen elgondolkodtató. Ő azon kevesek közé tartozott, aki itthon alkotott, magyarnak vallotta magát, a nyelvet is elég jól bírta, mégis voltak, akik kétségbe vonták magyarságát. A relativitásnak e speciális problémáján alighanem Einstein is elrágódott volna egy ideig.

Azzal is szoktunk dicsekedni, hogy az ország lélekszámához viszonyítva nekünk van a legtöbb Nobel-díjasunk. Ezt a legendát sokáig én is elhittem, büszke voltam rá, csak aztán sajnos utánanéztem. Nos, még ha a magyar Nobel-díjasokkal kapcsolatos fenti kétségeket figyelmen kívül is hagyjuk és 13 díjazott hazánkfiával számolunk, a valóság akkor is a következő: míg Magyarország 9,7 millió lakosára jut 13 Nobel-díjas, addig Svédország 10,2 millió lakosára 31. Erre még mondhatnánk, hogy a svédek nyilvánvalóan bőkezűbben osztogatják a saját díjukat honfitársaiknak, azonban Svájc 8,5 millió állampolgár mellett 28 díjazottal, Ausztria

szintén 8,5 millió lakosa 22 kitüntetéssel büszkélkedhet. Továbbá ott van Dánia és Norvégia, ahol ugyanannyi a Nobel-díjas, mint nálunk, csakhogy mindkét ország lélekszáma alig több mint a fele hazánkénak.

Mindebből nem az következik, hogy mi kevésbé lennénk nagyszerűek, mint mások, már csak azért sem, mert így is elég jó helyen állunk ezen a világranglistán. Már amennyiben egy ilyen ranglistának egyáltalán van értelme. A kiemelkedő teljesítmény ugyanis nem csupán a géneken és a képességeken múlik, még csak nem is a szorgalmon, hanem hogy egy nemzet igényli és támogatja-e a tehetséget, vagy beéri a középszerrel, aztán az éppen aktuális hatalom – attól függően mit kívánnak a politikai érdekei – közülük kinevezzen néhányat tehetségnek, az igazi tehetségek egy részét pedig magához édesse. A kiemelkedő teljesítmények gyakorisága azon is múlik, mennyit áldoz egy ország az oktatásra, a kultúrára, a tudományra, különösen az alapkutatásokra és a kutatói infrastruktúrára. Nyilván nem véletlen, hogy a magyar Nobel-díjasok többsége az eredményeit nálunk fejlettebb országokban, az USA-ban és Németországban érte el.

A kulturális közeg értékrendje tehát nagymértékben meghatározza a siker esélyét. Például az is értékrend kérdése, hogy egy országban a házi pálinkafőzés

adómentes vagy a szépirodalmi alkotások kiadása, hogy az olvasás, a színház, a komolyzenei koncert a sikk, vagy a kolbász-, a borfesztivál, meg a főzőverseny. Hogy a labdarúgást támogatja egy kormány milliárdokkal vagy a minőségi művészetet és oktatást, illetve, hogy szakmai érték szerint tesz különbséget a művészek és a produktumok között vagy politikai szimpátia alapján.

A társadalmi és nemi szerepek is koronként és kultúránként változnak. Sokan úgy érzik, biztos fogódzót csak azok a normák adhatnak, amelyeket évszázadokon át a közösségüktől örököltek, s amikor új értékrendek, új szempontok merülnek fel, nem tudnak mit kezdeni velük. Feltűnhetett, hogy a felsorolt, kiemelkedő tehetségek között egyetlen nő sem szerepelt. A férfi és női szerepben, a párkapcsolatokban és a családszerkezetben történt változások sok ember számára ma az elbizonytalanodás, a boldogtalanság egyik fő forrása.

„Megint lány!”

Abban az időben, amikor második gyerekünket vártuk, még nem volt apás szülés. Akkoriban, míg az anya vajúdott, mi, apák feldúlt arccal jártunk fel-alá a kórház folyosóján, szívtuk a cigarettát, és aggódó pillantásokkal lestük a szülőszoba ajtaját, mikor lép ki végre az orvos vagy egy nővér, és közli az eredményt. A hetvenes évek közepén csak a világrajövetel pillanatában derült ki az újszülött neme. A felmutatás szertartása egy üvegablakon át zajlott, a család bemondta a csecsemő nevét, a nővér a kiságyakhoz ment, kiemelte a babát és az üveghez emelve megmutatta a boldogan sikongató rokonságnak, akik egymás szavába vágva azonnal megállapították, hogy a gyerek kiköpött „Jóska, Sára, Tercsi, Fercsi…”. A biztos felismerésben a családtagokat az se zavarta, hogy – a rossz nyelvek szerint – a nővérek többnyire azt a csecsemőt mutatták fel, amelyik éppen ébren volt, nehogy egy nyugodtan szendergő baba álmát megzavarva az bömbölésével fölverje az egész siserahadat.

Hogy elkerüljék az apák esdeklő tekintetét, illetve az úgynevezett erősebbik nem kevésbé erős példányainak hisztérikus jeleneteit, a másik bevett megoldás az volt,

hogy a kispapát hazaküldték. „Csak menjen haza, apuka, ebből még sokára lesz szülés, majd értesítjük, amikor jön a baba!” Ennek a megoldásnak az előzménye korábbi korokig vezethető vissza, amikor a papát megkérte a bába, később az orvos, hogy míg az asszony szül, ő forraljon vizet a konyhában, egy hatalmas dézsában. Alighanem egyetlen kispapa sem kérdezte meg soha, mire kell a száz liternyi zubogó, forró víz? Csak nem akarják megfőzni a kisbabát? Hiszen a fürdetéshez és a mama mosdatásához néhány liter is bőven elegendő lett volna. A magyarázat alighanem az, hogy a gyújtós hasogatása, továbbá az irdatlan mennyiségű víz felforralása a fafűtésű sparhelten órákat vett igénybe, addig az apuka is hasznosnak érezhette magát a konyhában, és főként nem volt láb alatt, nem sopánkodott, miközben a szakavatott segítők nyugodtan végezhették a dolgukat.

Amikor sűrűsödni kezdtek a fájások és elfolyt a magzatvíz, nagyobb gyerekünket beadtuk a szomszédhoz, taxival bevittem a feleségemet a klinikára – nem volt még autónk akkoriban –, és orvos barátunk gondjaira bíztam. Aztán jött a főnővér: „Csak menjen haza, apuka.” Épp csak hazaértem a busszal Kelenföldre, amikor megszólalt a telefon, hogy a doktor úr üzeni, menjek vissza, mert megvan a gyerek. Mire visszaértem a klinikához, szülész barátunk már a kapu előtt várt. Sápadt volt, alig mert a szemembe nézni. „Mi történt?” – kérdeztem elhűlve,

éreztem kimegy a vér a fejemből, mindjárt elájulok. Ő is reszketett, aztán nagy levegőt vett és kibökte: „Megint lány!” – mondta nyöszörgő hangon. „Te nem vagy normális! – szakadt ki belőlem a megkönnyebbülés. – Már azt hittem, valami tragédia történt. De hiszen ez nagyszerű! Én megint kislányt akartam” – mondtam. Bambán nézett rám, látszott rajta, valóban arra gondolt, hogy tragédia történt. Nem tudott elképzelni nagyobb sorscsapást annál, mint hogy valakinek a második gyereke is lány legyen. Neki tudniillik fia volt. Így aztán nem tudhatta, milyen az, amikor az ember aprócska lánya belealszik egy hosszú altatópusziba, mese közben szórakozottan birizgálja a papa fülét, vagy meghitt vasárnap délutánonként hajasbabaként fésülgeti az apja feje búbját.

Nőpárti vagyok. Kimondottan örültem, hogy ismét kislányom született. Aztán még háromszor örülhettem, mert még háromszor hangzott el, hogy „megint lány!”. Amikor az ötödik gyerekemet vártam, már senki nem akarta elhinni, hogy ismét kislányt szerettem volna. Addigra már leperegtek rólam a viccesnek vélt cukkolások, hogy „na, mi van, te nem tudsz fiút csinálni?”, meg „sebaj, majd legközelebb sikerül!”. Tudtam, ez a fajta humor nem kizárólag a szerényebb értelmi képesség jele, hanem egy értékrendet, kultúrát és ízlésvilágot tükröző nyelvezet is, amit jól ismerhetünk a

szexista és rasszista viccekből, az internetes kommentekből, sőt némely politikus parlamenti felszólalásából vagy bekiabálásából. Ezek a poénok korántsem olyan ártalmatlanok, mint gondolnánk, különösen egy olyan társadalomban, ahol még ma is vidáman idézik a rigmust, hogy „pénz számolva, asszony verve jó”. És nem csak idézik. A statisztikák szerint Magyarországon minden ötödik nő olyan családban nőtt fel, ahol az apa verte az anyát, havi átlagban 100 nő válik zaklatás, illetve szexuális erőszak áldozatává a párkapcsolatában, és átlagban minden héten meggyilkol egy nőt a párja vagy volt partnere.

Nő volt az anyám, ezzel nem árultam el nagy titkot, de vannak nővéreim, lányaim, sőt lányunokám is, nő volt az összes feleségem és az összes szerelmem. Nő volt az életem kezdete és célja, bizonyára ezért zavart mindig a macsó felsőbbrendűség.

Az is igaz, könnyű dolgom volt, annyi felé jártam a világban, vendégeskedtem többnejű iszlám családoknál, ahol természetes volt a három-négy feleség, és a Himalájában, ahol még létezik többférjűség, megfordultam olyan vidéken, ahol ma is halálra kövezik a hűtlen asszonyokat, és zárt andoki indián közösségekben, ahol a férfiak békésen kötögetnek, s ahol férfi és nő egyformán kiveszi részét a munkából, a háztartásból és a gyereknevelésből. Saját szememmel láthattam, hogy a

nemi szerepek miként különböznek a létfeltételektől, a párkapcsolati esélyektől, a kulturális hagyományoktól, a gazdasági és politikai berendezkedéstől függően. Ahogy egy kultúrán belül is változnak, hiszen a lányaink kinevetnének bennünket, ha arra próbálnánk biztatni őket, hogy ne tanuljanak, ne járjanak egyedül szórakozni, csak a háztartásban robotoljanak és szolgálják az urukat, mint a dédanyjuk, vagy babos kendővel a fejükön üljenek traktorra, óriásdarura, ahogy nagyanyjuknak ajánlották a nemi egyenlőséget ilyenformán értelmező Rákosi-korszakban.

Ha az ember olyan idős, mint én, és nyitott szemmel jár, már annyi erős, okos asszonyt és annyi esendő, jellemtelen férfit megismer, hogy tudja, az a vacak kis Y-kromoszóma igazán nem ok a büszkeségre. Legalábbis nem lehet döntő egy ember megítélésében. S hogy a férfiasnak szánt szexista viccek hátterében többnyire elrontott anya-fiú kapcsolatok, erőszakos apák, idejétmúlt kulturális minták és fájdalmas traumák állhatnak. Ahogy a férfigyűlölő nők esetében is felfedezhetők a hasonló mintázatok. Én legalábbis úgy gondolom, hogy egy magabiztos, kiegyensúlyozott ember, aki rendben van a nemi identitásával, az nem a neme vagy a szexuális orientációja alapján ítél meg másokat, és nincs szüksége arra, hogy nemi alapon fitogtassa a hatalmát (vagy bármijét).

Az elképzelés, hogy biológiai nemének megfelelően minden férfinak és minden nőnek csupán egyféle nemi szerepe lehet – a férfi erős, okos, dolgozik és küzd, a nő meg kussolva élesztgeti a családi tűzhelyt –, már az ókori görögöktől is idegen volt. Az anyaszívű, sértődékeny Héra, az érzéki szexbomba Aphrodité, a Zeusznál is okosabb és igazságosabb, teljes vértezetben flangáló Pallasz Athéné, az indulatkezelési problémákkal küszködő Arész, a rémesen csúnya, ámde zseniális mesterember, Héphaisztosz, illetve a kifinomult művészlélek, Apollón megannyi női és férfi szerep és pszichológiai karakter. Hermaphroditoszról nem is szólva, akinek olimposzi isten létére keblei és pénisze is volt, így egyszerre büszkélkedhetett férfi és női nemi jelleggel.

Szemben azokkal, akik a nemi szerepeknél a biológiai nemet tartják egyedül meghatározónak, az ókori kultúrák, továbbá számos keleti és törzsi vallás az ember nemi jellegét nem a test, hanem a lélek felől értelmezte. Platón, az európai filozófia alighanem legnagyobb hatású gondolkodója úgy tartotta, hogy az ember androgün, férfi és női lélek egyaránt lakozik benne, ezért képesek a nők és a férfiak megérteni egymást. Az ókori görög filozófus *Lakoma* című dialógusában arról ír, hogy eredetileg három nem volt, férfi, nő és androgünösz, de az utóbbiak, egyesítve a férfiak és nők tulajdonságait olyan erősek és

nagyratörők voltak, hogy a féltékeny Zeusz kettévágta őket. A két fél azóta is keresi egymást. Platón azt is természetesnek tartotta, ha az egymásra találó két fél éppen azonos nemű volt.

A navajo indiánok nagy becsben tartották az androgün embereket. Kétlelkűnek nevezték őket, és úgy vélték, egy androgün ember igazi áldás a családnak, mert egyesül bennük a férfiakra jellemző erő és a női érzékenység, jól bírják a nagyobb fizikai erőt igénylő ház körüli munkákat, miközben képesek gyöngéden gondoskodni a gyerekekről és az idősekről. Öt nemet tartottak számon: férfit, nőt, kétlelkű férfit, kétlelkű nőt és transzneműeket. Az európai keresztény hódítók, akik nem tudtak mit kezdeni ezzel a szivárványszínű szemlélettel, minthogy a kétlelkű férfiak gyakran férfiakkal, a maszkulin nők pedig nőkkel éltek együtt, a számukra értelmezhetetlen nemi képletet saját kategóriáikra egyszerűsítve a homoszexualitással azonosították.

Sokan ma sem tudnak mit kezdeni a nem egyszerűen férfi-nő kategóriába sorolható emberekkel, igazságtalan fájdalmat, megaláztatást, kirekesztést okozva nekik, de a világ folyamatosan figyelmeztet, hogy sokkal bonyolultabb és izgalmasabb annál, mintsem, hogy kényelmesnek vélt sémákba lehetne kényszeríteni.

Amikor a dél-afrikai középtávfutónő, Caster Semenya a 2009-es berlini világbajnokságon megnyerte a 800

méteres döntőt, nem akart felállni a dobogóra, mert a nemzetközi sajtó megkérdőjelezte a nemét. A Nemzetközi Atlétikai Szövetség nemvizsgálatra kötelezte a futónőt, és kiderült, hogy Castert születésekor lánynak anyakönyvezték, kislánynak nevelték és női identitása van, de rendelkezik női és férfi nemiszervvel is, és magas a tesztoszteronszintje. Ugyanakkor semmilyen doppingszert nem szedett, nem csalt, ahogy sok más versenysportoló teszi. Ő ilyennek született. Lehet ezért büntetni?

Természetesen abban is van igazság, ha valaki úgy véli, hogy Semenyát különleges testi adottságai jogtalan előnyökhöz juttatják a többi futónővel szemben. De akkor mi a helyzet az extra magas NBA kosarassal, a 229 centis Jao Minggel, aki nagyjából fél méterrel magasabb a férfi átlagnál? Vagy éppen ott a nyolcszoros olimpiai- és tizenegyszeres világbajnok, különlegesen robbanékony jamaikai futó, Usain Bolt esete, aki képes volt 44,64 km/h sebességgel is futni, holott az orvosok úgy számították, fizikai képtelenség, hogy egy ember 40 km/óra sebességnél gyorsabban fusson. A sort folytathatnánk a különleges vízfekvésű úszókkal, az óriás nehézatlétákkal és így tovább. Nem véletlenül választja valaki azt a sportot, ami a testi adottságainak leginkább megfelel. Végül hosszas tanakodás után a Nemzetközi Atlétikai Szövetség is visszaadta Caster Semenya versenyzői

engedélyét, és noha a pályáját továbbra is sok vita kísérte, 2012-ben Londonban és 2016-ban Rióban olimpiai aranyat, Daeguban, majd Londonban pedig újabb világbajnoki címeket nyert.

Aztán itt van a világ egyik legbájosabb nője, a gyönyörű brazil topmodell, a *Vogue* magazin és a Victoria's Secret sztárja, Valentina Sampaio.

Első látásra beleszerettem. De amióta elolvastam az élettörténetét, továbbra is csodálva őt, hitetlenkedve és zavartan bámulom a fotóit. A természet idétlen tévedése folytán ugyanis fiúnak született. De elképzelhető, hogy a természet egyáltalán nem tévedett, csak sokkal bölcsebb, mint gondolnánk, és rafinált módon időnként így teszi próbára az előítéleteinket.

Az antik görögök és az észak-amerikai őslakosok, akik a nemeket és nemi szerepeket másként látták, mint a zsidó-keresztény nyugati világ és az iszlám, nyilván nem voltak se politikailag korrektek, se liberálisok, ahogy ezt manapság az ilyen nézetekről némelyek feltételezik. Ők ugyanúgy a természetből indultak ki, ahogy a genderelmélet ellenzői. Mert bármilyen fájdalmas is egy önmagát felvilágosultnak valló ember számára, semmilyen bizonyíték nincs arra, hogy az emberi jogokon, a másik ember tiszteletén alapuló szemlélet mélyebben gyökerezne a természetben, mint a nők másodrendűségét valló és a melegektől, a

transzneműektől idegenkedő attitűd. Végső soron ezek mind csak a történelem során egymással vetélkedő hiedelmek. Legfeljebb nekem rokonszenvesebb, ha valaki nyitott a valóságra, elfogadó, emberséges, és nem akarja félelmében Zeusz módjára mindjárt kettévágni azokat, akik nem férnek bele az általa megszabott sémákba.

Bár, ha belegondolok, az is csak egy klisé volt, amikor első gyerekeimet várva elképzeltem egy huncut szemű, okos, cserfes kislányt, pörgős szoknyácskában, és fel sem merült bennem, mondjuk a várvédő hős Zrínyi Ilona vagy Tamara Press, a korszak szovjet női dobóatléta fenoménjének alakja. Úgy tűnik, én se vagyok egészen elfogulatlan.

Ott tartottam, hogy volt egy „lányom”, Juli, és négy „megint lányom”: Bori, Rozi, Kata és Lujzi. Amikor a mamámnak már kilenc unokája volt – valamennyi lány, mert a nővéremnek is volt négy lánya –, akkor a mamám megállapította, hogy „a mi családunkban csak az apák fiúk”, és hogy ő ezek után a hátralévő életét a női egyenjogúságnak fogja szentelni. A lányunokák azonban fiú dédunokákat hoztak világra, amitől első pillantásra összeomlani látszott az elmélet, de akkor a mamám szeme boldogan fölcsillant az újabb felismeréstől: „Aha! Szóval az unoka mindig lány, a dédunoka pedig fiú!”

Mindjárt magyarázatot is talált az ivaros különlegességre, hogy ez nyilván azért van, hogy ő könnyebben megkülönböztethesse, a gyerek az unokája vagy a dédunokája éppen. Mert a generációk összecsúszása miatt a korukból ezt nem lehetett megállapítani. Lujzi lányom (anyám unokája) – akinek a nagylányaimmal egyidős harmadik feleségem a mamája – például már a születésekor a nagynénje lett Juli lányom Lujzival egyidős kislányának, Hannának, sőt nővérem akkor húszéves unokájának, aki anyám dédunokája. (Fogadjunk, hogy a kedves olvasó az iménti mondatot még legalább egyszer elolvasta.) A családunkban azóta teljesen normális mondatnak számít, hogy „légy szíves, pelenkázd be a nagynénikédet”. És ilyenkor nem egy inkontinenciával küzdő, magatehetetlen idős asszonyról van szó.

Később azonban beköszöntött a káosz, mert a mamám szépen kidolgozott teóriájára fittyet hányva a lányunokák meggondolatlanul lányt is szültek, és unokának is született fiú. Anyám ezt már nem érte meg. Úgy járt, mint Arisztotelész, Ptolemaiosz, Newton és többi szerencsés elméletalkotó óriás, akik abban hitben haltak meg, hogy felismerésük az univerzum makro- és mikrovilágának minden szintjén örökérvényű.

Amikor a hatodik gyereket vártam, akkor merült föl bennem először, hogy most már azért kipróbálnám, milyen lehet egy fiú papájának lenni. Végtére egy kisfiú is

lehet aranyos. Anyám szeméből legalábbis mindig ezt olvastam ki, amikor rám nézett. És megszületett Lukács. Anyámnak igaza volt, nagy élmény egy kisfiú is. Csak következtek az újabb cukkolások: „na, mi van, végre sikerült egy fiú, egyféle embernek mégse egyféle gyereke van?”. Ők nem tudták, hogy a hatodik lány mindig fiú! Sokan pedig azon akadtak fenn, hogy micsoda felelőtlenség még hatvanhárom évesen is újabb gyereket vállalni. „Neked eddig még senki nem mondta, hogy nem muszáj minden szeretkezésből gyereket csinálni?” – kérdezte a szexuális felvilágosításommal kissé megkésett kollégám.

Ha a boldogságot emlegetik, akkor szóba kerül a pénz, a siker, az alkotás, a család, de ami szinte elkerülhetetlen a boldogság kapcsán, az a párkapcsolat. Miért éppen az?

„Ha egy lánnyal jársz, gondolj a nővéredre!”

Családi legendáriumunk jeles alakja Gyula bácsi. Dr. Kepes Gyula, dédapám orvos-tábornok testvére, az Osztrák–Magyar Monarchia északi-sarki expedíciójának egyetlen magyar tagja volt. Az északkeleti átjáró után kutattak Eurázsia és Alaszka között, azonban hajójuk két évre befagyott a jégtáblák közé, majd 1873-ban, a jég között sodródva fedezték fel a Ferenc József-földet. A jégzajlástól összeroppant hajót hátrahagyva, derékig érő hóban, reménytelennek tűnő három hónapos vándorlás után, nagyrészt Kepes Gyula orvosi szakértelmének köszönhetően menekültek meg.

Az akkor mindössze huszonhat éves jóképű Kepes doktort hősként ünnepelték itthon, Sisi királyné magyarul köszöntötte, az operaházi díszünnepségen Erkel Ferenc maga dirigálta a *Hunyadi Lászlót*, és a Magyar Tudományos Akadémián hatalmas festmény lógott róla. Kamaszkoromban mégsem ezért csodáltam őt. Gyula bácsit katonaorvosként egyik garnizonból a másikba helyezték, miközben ő egyik nő karjából a másik karjába lendült. Azt tartotta, „ha egy férfi egy nő mellett lekötné az életét, az igazságtalanság lenne a többi nővel”. Nem is

nősült meg soha, a gyerekek pedig kimondottan idegesítették, mert – ahogy Királyhegyi Pali bácsi mondta – „gyereket is lehet utálni, csak szív kell hozzá”. Húszévesen én is büszkén vallottam Gyula bácsi hetyke agglegény életszemléletét. Nem sokáig, mert egyetemistaként, a baráti társaságunkból elsőként azonnal megnősültem. Némi túlzással, úgy jártam, mint a viccbéli bolond, aki, amikor meztelen nőt akart látni, úgy hitte, az egyetlen megoldás, ha megnősül.

A morálisan igen szigorú anyámnak ugyanis szintén volt egy *szikrázó mondata.* Amikor lányokkal kezdtem járni, fölemelt mutatóujjal a lelkemre kötötte: *„Kisfiam, ha egy lánnyal jársz, közben mindig gondolj arra, te örülnél-e neki, ha valaki a nővéreddel így viselkedne.”* Egyébként sem voltam magabiztos kamasz. Egyik barátom azzal ugratott, hogy én úgy csajozok, hogy dögnek tetetem magam, és megvárom, míg rám szállnak, anyám aztán az empátiafejlesztésre szánt mondatával egy csapásra péppé zúzta az amúgy is egyenetlen szexuális fejlődésemet. Lehet képzelni egy félénk kamasz fiút, akinek már eszébe jut, mit is csinálna egy lánnyal, de olyankor mindig bevillan a felemelt mutatóujj, és rögtön elbizonytalanodik, hogy vajon ennek örülne-e a nővére.

Panni nővérem már tizenkilenc évesen férjhez ment, húszévesen anyuka lett, negyvenegy évesen pedig nagymama. Így aztán én is gyorsan elvettem az első

szerelmemet feleségül, gondolván, a nővérem biztos ilyesminek örülne. Lényegében már két házasságon túl voltam, amikor nagyjából kapizsgálni kezdtem, minek örülne valójában a nővérem.

Az egyik kutatás, amit szívesen idézek – természetesen azért, mert a nézeteimet támasztja alá –, a Harvard Egyetem követéses vizsgálata. A Grant Study nyolcvan éve kezdődött, és a kutatók arra voltak kíváncsiak, mi teszi boldoggá az embereket. A vizsgálat elején a résztvevők véleményét kérdezték, akik olyasféle választ adtak a kérdésre, mint amit a többség alighanem ma is adna, hogy az embert a kényelmes élet, a vagyon, a szakmai siker és a hírnév teszi boldoggá.

A kísérleti alanyokat alapos vizsgálatnak vetették alá, megvizsgálták őket egészségügyi szempontból, mérték az intelligenciájukat, a testi adottságaikat, életmódjukat, táplálkozásukat, párválasztási szokásaikat, világnézetüket, vallási preferenciáikat és így tovább, aztán több generáción át követték az életpályájukat. A kiterjesztett kutatásban több ezer férfi, nő és gyerek vett részt, a vizsgálat felmérésekkel, tesztekkel, műszeres laborvizsgálatokkal és videóinterjúkkal készült. A kutatás első hetvenöt évének eredményeit George Vaillant professzor, a korábbi igazgató foglalta össze, aki három

évtizeden át vezette a projektet.

A kutatás eredményeként kiderült, hogy nem az volt az átlagnál boldogabb, aki hatalmas vagyonra és hatalomra tett szert (John F. Kennedy elnök is éppen akkor járt a Harvardra, amikor a vizsgálatot kezdték), se az, akinek kiugróan magas intelligenciahányadosa volt, se az, aki a tudományos eredményeiért Nobel-díjat kapott, és az sem, akinek átlagon felüli sikerei voltak a nőknél, illetve férfiaknál. Nem voltak boldogabbak a híresek, a vallásosak, az ateisták, a liberálisok és a konzervatívok se. Egyetlen csoport volt elégedettebb az életével, mint a többiek, amelyik kiegyensúlyozott párkapcsolatban, családi szeretetben élt, őszinte barátok vették körül, akikkel meg tudták osztani örömeiket, illetve életük legbensőségesebb gondjait is.

„A boldogság: szeretet” – foglalta össze az eredményt George Vaillant. Kicsit sziruposan hangzik, de mégiscsak a világ egyik legjobb egyetemének vizsgálatáról van szó.

Amikor a *Világkép* című könyvemben idéztem ezt a kutatást, akkor a gondolatmenetem itt fejeződött be. Azóta viszont olvastam néhány más felmérést, amely némiképp árnyalja a Grant Study eredményeit. A kísérleti pszichológiában az a jó, hogy mindig találhatunk egy kutatást, ami a véleményünket igazolja. És az a rossz, hogy mindig van egy másik kutatás, ami cáfolja, de legalábbis árnyalja a véleményünket.

A legfrissebb statisztikai adatok szerint hazánkban az utóbbi években valamelyest növekedett a házasságok száma, miközben a házasságok közel fele (40-45%) válással végződik. A nők legnagyobb számban a negyvenes, ötvenes éveikben válnak, valamivel idősebben, mint régen, de ez nem feltétlenül az életközepi válság következménye. Az is lehet az oka, hogy egyenrangúságra törekvő, érett nőként addigra már leszámolnak a lányregények illúzióival és el tudják dönteni, mi jó nekik és mi nem. Manapság a nők általában később is házasodnak, ami szintén kitolja az esetleges konfliktusok időpontját.

A legutóbbi népszámlálás idején több mint 463 ezer gyermektelen, egyedülálló férfi és 753 ezer szingli nő élt az országban, továbbá mintegy egymillió olyan házaspárt, illetve élettársi kapcsolatot tartottak nyilván, akik nem vállaltak gyereket.

Mindezek tükrében elgondolkodtató a kutatás, amely szerint a szingli nők boldogabbak, mint a férjezettek. A fenti statisztákból az is kitűnik, hogy Magyarországon csaknem kétszer annyi egyedülálló, gyermektelen nő van, mint férfi, tehát nincs is minden nőnek egyenlő esélye a párkapcsolatra. Márpedig a házasság és a gyerek még ma is egyfajta sikernek számít. A kutatás eredménye arra mindenképpen jó, hogy ne legyen stigma az se, ha valaki önszántából vagy a sors akaratából társ és gyerek nélkül

marad. Annak is lehetnek előnyei.

A nős férfiak a házasságban állítólag nyugodtabbak, kevesebb kockázatot vállalnak, többet keresnek, egészségesebbek és tovább élnek. A férjezett, gyermekes nők viszont kevésbé boldogok, kevésbé egészségesek és rövidebb életűek.

Ha a férfiak boldogok a házasságban, a nők viszont nem, akkor ebből az következne, hogy a férfiak házasodjanak egymással, de minthogy ez nem mindenki számára vonzó alternatíva, továbbá nem ismerünk statisztikákat, hogy az azonos neműek házasságában minden férfi ugyanolyan boldog-e, érdemes más megoldást (is) keresni.

Ha egy negyvenes éveiben járó családanya – akinek két-három gyerek ugrál a fején, tanul velük, különórákra viszi őket, virraszt a betegágyuk mellett, és rá hárul a háztartási munka zöme – úgy érzi, nem tudja megvalósítani önmagát és kevésbé boldog egyre unalmasabb férje mellett, mint szingli barátnői – akik zavartalanul élhetnek a munkájuknak, kedvükre flörtölhetnek, bármikor járhatnak moziba, színházba és barátnőzni –, abban semmi meglepő nincs. Mindezt költséges kutatás nélkül is meg lehetett jósolni. Azonban hogy a magányos nők akkor is boldogabbak-e, amikor megöregednek, és nincs gyerek, nincs unoka, akinek követni lehetne a sikereit, akivel együtt lehet bánkódni a

kudarcain és a szerelmi csalódásain, akiért izgulni lehet, aki hetente rájuk telefonálna, hogy „mi van veled, mama?”, és nincs, akiket a családi ebédeken és karácsonykor a szemükkel végig tudnának simogatni, nos, azt nem tudom. A viselkedéskutató erről nem beszél.

A kutatás arra se tér ki, hogy milyenek azok a férfiak, akik mellett boldogtalanok a nők? Minden férfi mellett? Vagy csak némely férfi mellett? Bár a némiképp borúlátó népi bölcsesség szerint *„némely férfi mind egyforma”*.

A házasságban a férfi élete se felhőtlen, noha a stabil párkapcsolat sok előnnyel jár számára. Az emberfélék családjába tartozó hím egyedek az evolúció során úgy alakultak, hogy a párzás reményében sokkal több felelősséget vállalnak az utódgondozásban és a párjuk iránt, mint emberszabású elődjeik. A férfi szexet akar, a nő pedig biztonságot jelentő, hosszú távú elköteleződést vár cserébe. Az előemberek közül azok a hímek voltak sikeresebbek a nőstényeknél, azok szaporították tovább a génjeiket, akik nemcsak maguknak vadásztak és gyűjtögettek, hanem védték és táplálták a családot és a közösséget is. Ez a felelősség azóta is a férfiakon maradt, ami sok családapát összeroppant, ha nem tudja teljesíteni a saját maga által is fontosnak tartott kötelezettségét.

A házasság egyik csapdája, hogy mihelyst a férfi elkötelezi magát, csökken a nő szexuális vágya. A kutatás szerint az esküvő után két évvel a férfi szexuális igénye

nagyjából ugyanazon a szinten marad, mint mikor a szerelem a legmagasabb hőfokon égett, miközben a nőké kimutathatóan csökken. A gyerekek megszületésével aztán a nő érdeklődését és energiáit lekötik a gyerekek. A férfi úgy érzi, becsapták. A keserű férfitapasztalat szerint, *„ha nem akarsz egy nővel szexuális életet élni, vedd el feleségül”*.

A férfit szaporodási ösztöne hajtja, de ha éppen nem szaporodik, akkor is szívesen gyakorolja a technikát, nehogy zavarba jöjjön, ha hirtelen szaporodnia kellene. A szexuális vonzódás a nőknél is az evolúció öntudatlan trükkje, a férfi megszerzésének eszköze, úgy, mint a csalogató édes illat a húsevő növényeknél. A vágy és a szerelem istennőjéről elnevezett húsevő növény, a Vénusz légycsapója se gonoszságból csábítja magához a rovarokat kitárt szeméremajak formájú leveleivel és bódító illatával, hogy aztán csapdába ejtve elfogyassza őket.

Az egyik felmérés, amely azt kutatta, hogy a házas férfiak mennyire elégedettek a szexuális életükkel, azzal az elgondolkodtató eredménnyel zárult, hogy a férfiak háromnegyede elégedett, a fele pedig nem. Bárhogy számoljuk, ez azt jelenti, hogy a házas férfiak minimum negyede házon kívül volt elégedett a szexuális életével.

Holott a szexnek kiemelkedő szerepe van a házasságban, a szaporodáson túl a kötődés fenntartásának egyik legfontosabb eszköze, csökkenti az agressziót, kiegyensúlyozottá teszi az idegrendszert és a párkapcsolatot. Arról nem is szólva, milyen jó.

Bármily hihetetlennek is tűnik, egy megértő, a terheket közösen viselő, gondoskodó, egyenrangú társ mellett még egy házasság is lehet boldog. Mindenesetre nem árt néha feltenni magunknak a kérdést: Vajon boldog-e mellettünk a feleségünk, illetve a férjünk?

Életem során háromszor mondtam ki, hogy „holtomiglan, holtodiglan”, anélkül hogy bármelyikünk meghalt volna. Joggal kérdezhetik: „hogy lehet valaki ilyen hiszékeny, hát sosem tanul az ilyen?”.

Az emberszabású majmok közül egyetlen más faj sem tervez hosszú távú együttélést a párjával. Ha a fenti konfliktusok ellenére mi emberek mégis házasságpártiak maradtunk, akkor ennek a hiszékenységnek nyilvánvalóan van valamilyen evolúciós előnye, még ha ezt a tapasztalatok alapján néha hajlamosak vagyunk kétségbe vonni. Ilyen előny például az anyagi és érzelmi biztonságérzet, illetve, hogy a közös utódok felnevelése szempontjából – mai tudásunk szerint legalábbis –, minden más változat közül ez tűnik a legideálisabb

környezetnek.

A törzsi társadalmakban, zárt közösségekben, kis falvakban, vallási közösségekben a párválasztásra alkalmas jelöltek száma erősen behatárolt. Sokfelé a világban a házasságokat a mai napig a szülők szervezik, a fiataloknak egyáltalán nem vagy alig van beleszólásuk, kivel adják össze őket egy életre. De a nagyvárosokban is elég szűk az ismeretségi kör. Nagy szerencse kell ahhoz, hogy valaki éppen ebben a körben találja meg a másik felét, akit a Jóisten neki rendelt.

Miközben a média, a szerelmes könyvek és filmek romantikus történetekkel ámítanak, mi csak az adott lehetőségekből választhatunk, már, ha mindenképp hosszú távú párkapcsolatra törekszünk. És akkor az emberek többsége, mi mást tehetne, becsapja önmagát. Idealizálni kezdi a partnerét, igyekszik a pozitív oldalát megtalálni a másiknak, mert így nem érzi magát megalkuvónak. Ezt az állapotot évtizedeken át fenntartani nem kis teljesítmény, de a jótékony hiszékenység evolúciós képességével megáldva erre is képesek vagyunk.

Így érthető, hogy többnyire a szervezett párkapcsolatok sem kevésbé sikeresek, mint a szerelmi házasságok, természetesen akkor, ha nem vagyoni vagy egyéb

érdekből jöttek létre, hanem olyan családtagok szervezték, akik jól ismerték a házasodó fiatalok személyiségét és jót akartak nekik. Vagy mondhatnánk úgy is, hogy hosszabb távon a szexuális vonzódásra épülő házasságok se sokkal sikeresebbek, mint amikor házasságközvetítéssel kerül össze a pár. Hiszen mint láttuk, a férjük iránti szexuális vonzalom a nők többségénél a szerelmi házasságban is két év után lanyhul, előtérbe kerülnek a praktikus szempontok, így érzelmileg előbb-utóbb egy szinten lesznek a szervezett házasságban élőkkel. Az ábrándok fenntartásához maradnak a női és férfi magazinok, a romantikus szappanoperák, az erotikus könyvek és a pornófilmek. Az erotikus álompótlók nagyobb üzlet, mint a drog- és a fegyverkereskedelem.

Az érzelmi érettség bizonyos fokán persze léteznek harmonikus, szeretetteljes, érzékileg és intellektuálisan is kielégítő párkapcsolatok. Az utóbbi időben terjed egy új kifejezés, az úgynevezett sapioszexualitás, ami azt állítja, hogy a nők egy része nem kizárólag a férfiak kidolgozott felsőtestére, duzzadó pénztárcájára (nadrágjára?) jön izgalomba, hanem a férfiak agyára és intellektuális képességeire is. Első hallásra úgy tűnik, hogy ezt a fizikailag kevésbé vonzó, szerényebb anyagi helyzetű,

ámde okos férfiak találták ki önmaguk biztatására és a nők meggyőzésére. Valójában találhatunk rá árnyaltabb magyarázatot is. A modern, dolgozó nő nincs már rászorulva, hogy a cselédsorsért cserébe a férfi tartsa el, a védelmét is megoldják a biztonsági berendezések és szolgáltatások. A modern nő intellektuális, szórakoztató, megértő társra vágyik, akivel kölcsönösen felnézhetnek egymásra, aki inspirálja, akivel feltehetően könnyebb a problémákat megbeszélni, akitől jó géneket örökölhetnek, sokat tanulhatnak közös gyerekeik, és aki valószínűleg sikeres is, mert a statisztikák szerint a jobb intellektus és a műveltség nagyobb esélyt ad a sikerre.

A férfiaknál szintén lejátszódott egy hasonló folyamat a közelmúltban. Egyre nagyobb számban igénylik, hogy a partnerüknek ne csak a külseje legyen vonzó, hanem a szellemi képességeivel is kitűnjön. Amikor néhány évvel ezelőtt a legáhítottabb agglegény, George Clooney elvette a gyönyörű, libanoni származású, kiválóan okos polgárjogi aktivistát és sztárjogásznőt, Amal Alamuddint, divatba jöttek az okos feleségek. A tudomány ezt Clooney-hatásnak nevezte el.

Egy felmérésben ötezer nőnek és férfinak föltették a kérdést, hogy szeretik-e a férfiak az intelligens nőket. A kérdésre a férfiak 87%-a igennel felelt, sőt arra is, hogy az sem zavarná őket, ha a feleségük okosabb lenne náluk. Kiderült azonban, hogy az okos, autonóm nők közül

sokan mégis rossz házasságban szenvednek, mi több, az ilyen nők többsége szingli maradt. Úgy érezték, nehezen találnak maguknak olyan férfit, aki szellemileg megfelelne nekik. Vagy ezek a nők már hallottak a kutatásról, hogy a szingli nők boldogabbak.

Egy másik kutatás annyiban árnyalta a képet, hogy olyan férfiak, akik elméletben okos, önálló nőről ábrándoztak, az első randin, amikor szembe találták magukat egy ilyen hölggyel, hamar meggondolták magukat. Alighanem arra jutottak, hogy „legyen a nő okos és sikeres, csak ne annyira, mint én".

Az okos, önálló feleség viszonylag új jelenség. A hagyományos modell, hogy a nő inkább a férjét támogató, engedelmes asszony legyen, ma is sokkal általánosabb ugyan, bár a fiataloknál és a magasabban képzett pároknál egyre gyakoribb a kölcsönös támogatás.

Nehéz egyensúlyba hozni a vágyakat a valósággal. A férfiaknak meg kell tanulniuk együtt élni az új női ideállal, a nőknek pedig talán meg kellene tanulniuk tapintatosan kezelni a férfiak rejtőzködő kisebbrendűségi érzéseit, mert az önmagát erősnek és magabiztosnak mutató pasi is, különösen egy erős nő mellett olykor gyámolításra szorul. Kíméletesen, persze, hogy a férfi ne vegye észre!

Apám úgy igyekezett a feladatokat anyámra tolni, hogy azt mondta: „Anyukám, te ezt sokkal jobban tudod csinálni!” Anyám egyszer meg is jegyezte: „A következő házasságomban már okosabb leszek, akkor én leszek a hülye, aki semmit nem tud megoldani!” Anyám okosabb volt apámnál, olyan okos volt, hogy el tudta hitetni az apámmal, hogy apám az okosabb. Ez még a régi modell. De átmenetileg működik.

Azt nem tudom, jó-e velem együtt élni, vannak kétségeim. Noha elfogult kollégák és rajongók – időnként gúnyos ajakbiggyesztéssel kísérve – azt szokták mondani, hogy engem mindenki szeret, volt már tapasztalatom az ellenkezőjéről is. Szerencsére, mert micsoda megalkuvó, szar ember lehet az, akit mindenki szeret! Mégsem ideális, ha ebbe a körbe az ember felesége is beletartozik. Mindenesetre válni egészen biztosan jó tőlem. Ezt két volt feleségem tanúsíthatja. A válásnál mindig megértő és nagyvonalú vagyok. Ha másért nem, ezért mindenképpen érdemes hozzám jönni. Ötven házasságban eltöltött év után még az ilyen nehezen tanuló ember is, mint én, kifényesedik valamelyest.

Második házasságom romjain, egy daganatos betegség,

szakmai válság és depressziós időszak után az IBS Színházban megnéztem a *Rocky Horror Picture Show*-t. Columbia szerepét egy szép, nyúlánk lány játszotta, a piros bőrfűző rásimult karcsú alakjára, kiemelve azt, amit egy szado-mazo jelmeznek feltétlenül ki kell emelnie. Nem is tudtam levenni róla a szemem. Mindjárt láttam, hogy okos is. Gondoltam, biztos jókat tudnánk beszélgetni arról, hogy minek örülne a nővérem… Előadás után elhívtam vacsorázni. Amikor beléptünk az étterembe, a levegőben maradtak a villák, hirtelen csönd lett, mindenki minket nézett, aztán – legalábbis úgy láttam, vagy úgy akartam látni – biztató mosolyra húzódtak a szájak, mint akik azt üzenik, de szépek vagytok így együtt. Még táncolni is vittem. Egy kaszinó megnyitóján a gyors latin zene ütemeire, a zakómat ledobva, zihálva igyekeztem magamból kihozni a legtöbbet, hogy lássa, nem bírok a pezsgő latin véremmel. Az emberek mosolyogtak ránk, akkoriban, a betegségem után úgy tűnt, több szurkolóm van, mint a Fradinak. Egy vidám, bögyös-faros lány, amikor a táncban mellénk ért, Marcsira kacsintott, és átszólt neki: „Pörgesd csak az öreget!” Nekem meg, hogy a hangos zenétől még egy ilyen öreg is meghallja, harsányan odasúgta: „Én eddig is imádtalak, de nem tudtam, hogy benned ennyi tűz van! Persze, kell is egy ilyen nő mellé!”

Úgy éreztem, működik a dolog, csakhogy én ötvenegy

éves voltam, ő huszonhat, a nagylányaimmal egyidős. Nem voltam éppenséggel trottyos öregember, legnagyobb elképedésemre a *Nők Lapja* olvasói az előző évben választottak meg az ország legvonzóbb férfijának, megelőzve olyan jóképű fiatalembereket, akik korban a fiaim lehettek volna. Sajnáltam is, hogy nem harminc évvel korábban történt mindez, milyen sok későbbi szorongástól és gátlástól megkímélt volna. De huszonöt év korkülönbség az mégiscsak huszonöt év, gondoltam. Kimondatlanul mindkettőnkben munkált a kérdés, milyen perspektívája lehet egy ilyen kapcsolatnak?

Egy nap a Centrál Kávéházban fagylaltoztunk. Az ablak mellett idős úr ült, gondozott ősz szakáll, orrán drótkeretes szemüveg, a régimódi, de jól szabott, finom öltönyhöz bohókás csokornyakkendőt kötött, az ablakon át beszűrődő meghitt, kora délutáni fényben elmélyülten újságot olvasott. Ifjú szerelmem gyakran odapillantott, aztán egyszer csak azt kérdezte: „Szerinted hány éves lehet az a bácsi?” „Nem tudom – feleltem –, elég idősnek tűnik, lehet vagy kilencven.” „Nem lehet, hogy száz?” – kérdezte, szinte kérlelőn. „Az is lehet, hogy száz – hagytam rá –, de miért érdekes ez?” „Mert azt számoltam – mondta ábrándozva –, hogy százévesen te is ilyen szép öreg bácsi leszel, és akkor még lenne ötven közös évünk!”

Megnyugodtam. Láttam, Marcsi fiatal kora ellenére tiszteli és szereti az idős embereket, később, amikor beteg

anyámat ápolta, erről meg is győződhettem. Önző szempont, de túl az élet felén az efféle erényeket az ember egyre jobban értékeli.

Az együtt töltendő közös ötven évből húsz év azóta már el is röpült.

A párkapcsolatok mindig a jövőbe tekintenek. Mint mikor diófát ültet az ember, tudja, az árnyékát és a termését az unokák élvezik majd. Valamikor én is hindu életmodellt terveztem: huszonöt évesen gyerekeim lesznek, ötvenéves koromra felnevelem őket, aztán dolgozom, átadom a tapasztalataimat, majd hetvenöt évesen már csak bölcselkedek és felkészülök a halálra. Nem mennék most bele a részletekbe, hogy mi lett a hindu életmodellből, elég annyi, hogy nekem ötvenéves korom után is született még három gyerekem, és mire Lukács fiam befejezi az egyetemet, ha jól számolom, nagyjából kilencven éves leszek. Na, akkor aztán előttem az élet, nincs több felelősség, bölcselkedhetek kedvemre.

„A halál is csak egy ember”

Nemrégiben Rozi lányommal sétáltunk a Pozsonyi úton. Egy hajléktalan összehúzott szemmel méregetett, nyilván azt nézte, én vagyok-e az én. Nagyon le volt pusztulva szegény, lassan, öregesen vánszorgott, aztán megállt, mintha mondani akart volna valamit. Mi is megálltunk, és biztatásképpen rámosolyogtam. Ő nézett, aztán fejcsóválva csak ennyit mondott: „De geci vén lettél te is!”. És öröm suhant át az arcán, hogy lám, mégiscsak van igazság a földön, hiszen nemcsak ő, hanem én is.

Már az is gyanús lehetett volna, amikor az emberek mondogatni kezdték, hogy milyen jól nézek ki. Mi van ezen meglepő? Nyilván arra gondolnak, hogy ahhoz képest, milyen öreg vagyok, egész jól tartom magam. Én meg úgy hittem, valójában még fiatal vagyok, csak némiképp ramatyabb az állapotom, mint korábban. Itt-ott néha fáj ugyan, nem vagyok már a régi, de azért még nem kell leírni az embert. Ha valaki elhiszi, hogy öreg, akkor valóban megöregszik, gondoltam. Közben kiderült, ha nem hiszi el, akkor is.

Azt mondják, amikor az ember öregedni kezd, birokra kél benne a bölcsesség és a hiúság. Akiben az utóbbi győz,

az utoljára még mindenféle fontos pozíciót kapar ki magának, bizonygatni kezdi, milyen eredményeket ért el az élete során, és többnyire elégedetlen, zsémbes öregember lesz. A bölcsnek viszont lassanként összeáll a világ, a dolgok és az értékek a helyükre kerülnek, megtanulja fölülről szemlélni a dolgokat, tudja, min érdemes bosszankodni és min nem, megértő és derűs lesz.

Már fiatalon érdekelt az öregség. Egyszerre bujkált bennem a felelőtlen világcsavargó és a világtól elvonuló, szemlélődő bölcs ideálképe. Izgattak a távoli kultúrák, és voltak bölcs, idősebb barátaim, akiket csodáltam. A két minta talán nem is áll olyan távol egymástól, mint elsőre gondolnánk – összeköti őket a függetlenség.

Még huszonévesen idős barátomat győzködtem, hogy bizonyára minden életkornak, így az öregségnek is van valami előnye, meséljen nekem erről. Úgy nézett rám, mint egy hülyére. „Előnye az öregkornak? Például mi?” – kérdezte. Én már tudnék mesélni, ha egy hasonló bolond fiú, mint annak idején én, megkérdezné. Mondanám, hogy az ember végre belenyugszik, hogy nem lesz soha magas, szőke és kék szemű, nem lesz wimbledoni teniszbajnok és Nobel-díjas se, addigra rájön, hogy a világ egyáltalán nem arra vár, hogy ő mentse meg, és hogy az embereket nem szeretni vagy gyűlölni kell, hanem megismerni és megpróbálni megérteni. Egy bizonyos

életkoron túl – szerencsés esetben – már nem akarunk senkinek megfelelni, lekerül a vállunkról a szorongás nyomasztó terhe.

Hatvanöt évesen sokkal lazább lettem, mint korábban voltam, örültem, hogy jegy nélkül utazom a villamoson és a vonaton, hetvenévesen meg, hogy ingyen járhatok múzeumba. Nem a spórolás miatt, hanem hogy nem kell a zsebemben turkálni, van-e nálam éppen buszjegy, és nem kell végigállni a hosszú sort a kiállítások előtt. Kezdtem meggyőzni magam, hogy az öregség kész buli, mindenkinek csak ajánlani tudom. A kisebb-nagyobb egészségügyi gondjaimmal meg bajlódjon az egészségügy.

Elhatároztam, ha a fene fenét eszik, én akkor is vidám öregember leszek. Már csak a feleségem, a gyerekeim és az unokáim kedvéért is. Anyám jó példa volt. Apám halála után húsz évig egyedül lakott, ellátta magát, kilencvenévesen se akart senkinek a terhére lenni, megőrizte a humorérzékét, verseket tanult, több nyelven olvasott, nehogy ellustuljon az agya, és követte a világ sorsát. Apám bátyja kilencvenhat éves volt, anyám bátyja századik évében volt, amikor meghalt. A családunkban anyai és apai ágon sem volt ritka, hogy az emberek közel száz évig éltek. Már azok, akiket hagytak. De volt két másik figyelmeztető példám is: Elza néni és Blanka néni. Elza volt az örökös panaszkodó. Ha két hétig nem hívtam fel telefonon, úgy tett, mintha azt se tudná, ki vagyok.

„Mit mondtál, ki vagy? Nem emlékszem rád, olyan régen nem beszéltünk!” Nem mertem kérdezni az egészségéről, mert akkor perceken át hallgathattam a panaszáradatot. Egy alkalommal felhívtam: „Csókolom, András vagyok, hogy tetszik lenni?” Elza néni váratlanul azt felelte: „Köszönöm, jól.” Meglepődtem. „Elnézést, azt hiszem, téves!” – mondtam, és letettem a telefonkagylót.

Az aprócska Blanka néni volt a bölcs, örökké vidám kismanó. Mindenki „aranyos Blanka néni”-nek hívta, magáról is így beszélt: „Az aranyos Blanka néni vagyok.” Ha két hónapig nem hívtam, akkor is lelkendezett: „Édes fiam, jaj, de örülök, hogy hallom a hangod, tudod, milyen örömet szerzel, ha hívsz!” Blanka néni prímán megszervezte az életét, hetvenévesen a végrendeletében egy cukrászmesternek ígérte az antik szekretert, az antik étkezőgarnitúrát pedig egy doktornőnek. A derék cukrász negyedszázadig vitte hetente a süteményeket Blanka néninek, amikor a „lányokkal” bridzselt, a doktornő pedig felügyelte az egészségét. De nem bánták, mert nagyon szerették. Rám két korabeli biedermeier könyvszekrényt hagyományozott. Ha meglátogattam, nem mulasztotta el megkérdezni: „Na, hogy tetszenek a szekrényeid? Mert tudod, ezek a tieid lesznek!” Szabadkoztam, hogy nekem olyan kínos erről beszélni. De ő azt felelte: „Nekem meg jó érzés! Mert tudom, ha már nem leszek, majd ránézel a könyvszekrényekre, és mindig eszedbe jut róla az aranyos

Blanka knéd!”

Kilencvenhat évesen a kórházban is adott a stílusra, bevitette a rosenthalt, a damasztszalvétát és az ezüst eszcájgot, azzal terítettek neki. Mindenki dédelgette. Olyan gyenge volt, hogy a rumosmeggyes-csokitól becsiccsentett. Aranyos Blanka néni akkor sem panaszkodott, utolsó napjait rumos meggy mámorban élte. Csak a halála előtti napon jegyezte meg halkan, a fejét kicsit csalódottan ingatva: „Tudod, édes fiam, ez már nem az igazi!”

Akkor határoztam el, ha megöregszem, aranyos Blanka néni leszek. Ha már nem sikerült mosolyogva megszületnem, legalább vidáman szeretnék megöregedni, és derűsen, a világgal megbékélve meghalni.

Nem szoktam a halálra gondolni. Pedig, úgy negyven évvel ezelőtt, amikor Vas Istvántól megkérdeztem, költőként mi foglalkoztatja, azt felelte: *„Akit hetvenéves kora után nem a halál foglalkoztat, az hülye!”.* A mondat beégett az agyamba. Alig vártam, hogy elmúljak hetven. És tessék, elmúltam, mégsem gondolok a halálra. Nyilván hülye vagyok. *„Csak a halállal való szembesüléskor születik meg az ember igazi énje”* – írja Szent Ágoston. Ezek szerint még „az igazi énem” sem született meg. Pedig már ideje lenne. Vagy egyszerűen csak áltatom magam.

Ez tűnik valószínűnek. Vannak dolgok, amik a jelenlegi tudásunkkal nem megismerhetők, vagy ha megismerhetők, felfoghatatlanok. Ilyen a halál is. A halálszorongás teljesen normális állapot, csak zavaró. Valahogy úgy vagyok vele, mint Woody Allen, aki azt mondta: *„Én nem félek a haláltól, csak nem szeretnék ott lenni, amikor történik”*. A halállal való szembenézést Yalom ahhoz hasonlítja, mint mikor az ember a napba akar nézni.

Csak olyankor jut az eszembe a halál, amikor elveszítek olyan velem nagyjából egyidős kortársakat, akik fontosak voltak számomra. Noha egy részükkel nem is voltam közeli kapcsolatban, nem is tudták, hogy fontosak nekem, mégis betöltetlen űr marad utánuk. Ahogy telnek az évek, sajnos szaporodik a számuk: Déri Jancsi, Megyesi Guszti, Kocsis Zoli, Esterházy Péter, Jeney Zoli, Rajk Laci, Baló Gyuri, és más, kevésbé ismert, szeretett barátok, volt osztálytársak.

Azzal hitegetem magam, hogy ezen a téren túl nagy meglepetés nem érhet, mert húsz éve találkoztam már a halállal. Igaz, akkor csak megemelte a kalapját, és elment mellettem.

Korábban többször elképzeltem, mit szólnék, ha egy nap az orvos közölné velem: halálos beteg vagyok. Nyilván rezzenéstelen arccal tudomásul venném, gondoltam. Imre bácsi, egy öreg parasztember, akivel

szerettem beszélgetni, egyszer azzal nyugtatott: *„Minek félni a haláltól, az is csak egy ember!”* De, amikor az orvos megállapította, hogy rosszindulatú daganatot találtak bennem és azonnal operálni kell, akkor mégis elsápadhattam, mert azt ajánlotta, gyorsan feküdjek le, nehogy elájuljak. Az ember a lelke mélyén tudja, hogy mindenki halandó, amikor a halál közelébe kerül, mégis nehezen hiszi el, hogy ez vele is megtörténhet. Minimális a statisztikai esély, gondoljuk, hiszen eddig még sosem haltunk meg, mindig csak mások. „Nem lehet tévedés?” – kérdeztem én is. „Ez sajnos olyan, mint amikor elkapják a gyilkost, és már csak a bizonyítékokat keresik” – mondta az orvos, és további vizsgálatokra küldött, van-e áttét. Feküdtem a vizsgálóágyon és azon spekuláltam, micsoda kiszúrás ez a gyerekeimmel. A nagyobbak már önállók, nyilván őket is megviseli, de Rozika nyolcéves, nagyon össze vagyunk nőve, negyedik lányom, Kata pedig csak hét hónapos. Lehet, hogy a vicces, bölcs babám úgy fog felnőni, hogy az apját nem is ismerte?

A műtét után még bódultan feküdtem, amikor csöngött a kórházi telefon. Az egyik kereskedelmi rádiótól hívtak, a műsorvezető nevét se értettem, heherészve a hogylétemről érdeklődött. Föl se fogtam, mit beszél, motyogtam valamit. Amikor letettem a telefont, akkor lett gyanús, hogy mintha stúdióhangokat, nevetgélést hallottam volna a háttérből. Nem akartam elhinni, hogy

élő adásból hívtak, anélkül hogy figyelmeztettek volna. Barátok mesélték néhány nappal később, hogy hallották az adást, ahol a kollégák azon tréfálkoztak, hogy állítólag semmi bajom, csak összevesztem a TV2-vel, és így akarom felrúgni a szerződést.

A TV2-vel valóban állt a bál. Miután az MTV az elkészült műsorok után nem fizetett a produkciós irodámnak és csődbe vitte a cégemet, megkeresett az akkoriban indult kereskedelmi tévé egy nehezen visszautasítható ajánlattal. A felmérések szerint akkoriban én voltam a legkedveltebb képernyős, s miután Fridit, Frei Tomit és Fábry Sanyit már leszerződtette az RTL-klub, a TV2 attól való félelmében, hogy én is oda megyek, akkora összeget ajánlott, ami ma, húsz évvel később is lélegzetelállítónak számítana a szakmában. Elcsábultam. Meg a hiúságom is hajtott, hogy most legalább meglátja az MTV, ahol – a rádiós múltamat is beleszámítva, hiszen akkoriban még egy intézmény volt – negyedszázadig dolgoztam, hogy mit veszítettek.

A TV2 egy show-jellegű beszélgetős műsort kért, színpadi körülmények között, közönséggel. Szemérmes exhibicionista vagyok, egész életemben a természetességre törekedtem, a Desszert bensőséges beszélgetéseit is valóságos körülmények között, étteremben vettük fel. Nem fogtam föl, hogy a show nem az én műfajom, és túlságosan öntörvényű vagyok ahhoz,

hogy beletörődjek a kereskedelmi tévék pénzközpontú szemléletébe. A nézettségi adatok nem voltak rosszak, de én úgy éreztem, kibújtam a bőrömből. A Németországban, finoman szólva más ízlésen nevelkedett főnökökkel már az első adás után elmérgesedett a viszonyunk. A második adás után már csak az ügyvédem jelenlétében voltam hajlandó tárgyalni, miközben az elnök és a vezérigazgató másik szobában lehallgatta a beszélgetést. Úgy derült ki, hogy a tárgyalás egy pontján benyitott az elnök, áthívott a szobájába, és azt mondta: „Ne csináld ezt, András!”. Felajánlottam, hogy szakítsunk békében, mert én sok pénzért sem tudok rosszkedvűen dolgozni. Azt felelték, hiába is próbálkozom, köt a szerződésem, és „legfeljebb majd rosszkedvűen leszek gazdag”. A megoldhatatlannak tűnő stresszhelyzetben végül a sunyi daganat jelentkezett megmentőnek. Én meg elhatároztam, többé nem csábít se pénz, se hiúság, soha többé nem kerülök olyan helyzetbe, amikor nem vagyok azonos önmagammal.

A kórházi telefon után úgy döntöttem nem adok több interjút, a betegségem magánügy, nem tartozik senkire. Egyébként sem szeretem sajnáltatni magam, ha gyerekkoromban megbetegedtem, akkor is bevackoltam magam, mint az állatok, és ki sem mozdultam, míg meg nem gyógyultam. Ismert emberként azonban nem könnyű elrejtőzni. Nálunk, ha egy celebnek begyullad a

nagylábujja, az már címlapsztori a bulvárlapokban, úgy gondolták, ha valaki rákos és mégsem ad interjút, nyilván meghalt. Egyik kollégám, jólértesültségét fitogtatva azt terjesztette, ő biztosan tudja, csak felnyitottak az orvosok, de már reménytelen állapotban voltam, visszavarrtak, és meghaltam.

Futótűzként terjedt a halálhírem. Egy kereskedelmi rádió és egy bulvárlap sietve közölte a hírt, nyilván úgy gondolták, a hírversenyben fő a gyorsaság, a tények ellenőrzése ráér. A Magyar Televízió híradója csak azért nem mondta be, mert egy közeli kollégám az utolsó pillanatban leállította, a *Népszabadság*nál pedig barátomtól, a fotórovat vezetőjétől kértek képet a nekrológomhoz, és volt annyi esze, hogy előtte felhívta az özvegyemet. Az öregasszonyok imádkoztak értem, a biztosítótársaságnál kiszámolták, milyen összeg jár a családomnak a halálom után, a Városházán díszsírhely után néztek, és terjedt a temetésem időpontja is. Gondoltam, arra feltétlenül elmegyek, az ember mégse hiányozhat a saját temetéséről, de két időpont is keringett, nem tudtam, melyiket válasszam.

Barátaim nem győzték a telefonokat: „tényleg meghalt a Kepes?”. Szilágyi Jancsi hívott, hogy „Csinálj valamit, szörnyen unom, csak ma harmincan kérdezték, hogy tényleg meghaltál-e. Az utolsó tízre már ráhagytam”. Végül, barátaim könyörgésére, adtam két interjút, az

egyiket a Reggeli Krónikának, Rangos Katinak, a másikat a legnagyobb példányszámú bulvár hetilapnak (persze, címlapsztori lett), de akkor se hitték el, hogy élek. A lap már a nyomdában volt, amikor csörgött a telefon, hogy az egyik nyomdász határozottan állítja, az interjú óta tényleg meghaltam, és arra kérnek, ha még nem, legalább a megjelenésig tartsak ki.

Ha sétálni mentem, az utcán az emberek még sokáig ijedten a szájuk elé kapták a kezüket, mintha szellemet látnának. Azt hittem, ez az őrület sosem ér véget, de legalábbis kitart a halálomig, és akkor végre kiderül, hogy a hír igaz volt, csak korai.

Aztán egy nap Mácsai Pali izgalomtól elfúló hangon telefonált: „Szörnyű hír terjed a városban, nem is tudom, hogy mondjam el neked”. Kis hatásszünetet tartott, mint aki még töpreng, elmondja-e, majd kibökte: „Képzeld, azt beszélik a városban, hogy élsz!”.

Ennek már több mint húsz éve.

A világ apokaliptikus szemléletének régi hagyományai vannak a történelemben. Elég az egyiptomi *Halottak Könyvé*re, az apokrif iratokra, az Újszövetségből János próféciáira, a Jelenések Könyvére gondolni. A 20. században élő generációk világképét példázza Szabó Magda édesanyjának megrázó tapasztalatokra épülő

bölcsessége, hogy *„a boldogság a katasztrófák üzemzavara”*. Éppenséggel ma is van elegendő ok, hogy az ember magába roskadjon, ha körülnéz a világban: járványok, természeti katasztrófák, energiaválság, éhínség, háborúk, társadalmi, etnikai és vallási feszültségek, populizmus, társadalmi egyenlőtlenségek, az egészségügy, az oktatás áldatlan állapota, fenyegető migráció. Biztonságra törekszünk egy bizonytalan világban. Szeretnénk megvédeni szeretteinket, javainkat, egészségünket, munkánkat, jövőnket. Jó lenne tudni, kiben bízhatunk és kiben nem? Miben hihetünk és miben nem? Kitől kell félnünk és kitől nem? Szeretnénk jó döntéseket hozni a magánéletünkben és a munkánkban.

Valamikor a közösségi értékek segítettek tájékozódni a környezetünkben, ma gyanús, gyakran egymásnak ellentmondó információk ömlenek a médiából. Az iparosodással, a társadalom szerkezetének átalakulásával megváltoznak, eltűnnek az addigi normák és értékek.

Az egykori zárt közösségek, a paraszti társadalmak szilárd normarendszerükkel korlátozták ugyan a személyes szabadságot, de egyúttal biztos fogódzót adtak. Az egymást segítő nagycsalád természetes védőhálót nyújtott az egyén számára. Egy jól működő nagycsaládban közös volt a munka, együtt építkeztek, nem érezték magukat magányosnak az idősek és a gyerekek, az oktatást, a nevelést, az idősek és a betegek

gondozását megoldotta a család. Erős volt a közösség, gyönge az egyén, és gyönge a központi intézményrendszer befolyása.

Az építkezéseket ma már építési vállalkozók végzik, az oktatásról – több-kevesebb sikerrel – az iskolarendszer, a betegek gyógyításáról az egészségügy gondoskodik. Megnőtt a központi hatalom szerepe, erősebbnek érzi magát az egyén, miközben gyengült a közösség befolyása.

A közösség az ízlést is szabályozta. A régi magyar falvakban nem fordulhatott elő, hogy valaki úgy döntsön, nem hagyományos, tornácos parasztházat épít, hanem környezetidegen alpesi, vagy elszabott arányú mediterrán stílusút, esetleg tornyocskákkal ékeskedő minikastélyt. Nem láthattunk izompólós, baseballsapkás fiatalembereket, vastag talpú cipőben és testhez feszülő dzsörzéruhában, cicanadrágban tipegő lányokat. Szigorú szabályok írták elő, miben járhat egy lány, egy menyecske, egy legény, egy korosodó férfi vagy asszony. Ez nyilvánvalóan korlátozta az egyéni ízlést, de az egyéni ízléstelenséget is.

Természetes, hogy az ember kényelemre törekszik. A fürdőszoba nélküli parasztházakat felváltották a korszerűbb anyagokból és jobban használható berendezésekkel felszerelt építmények, a kényelmetlen viselet helyett jogosan hódított a lazább öltözet. Az ízlés azonban nem követte a változásokat, a közízlés fejlődése

hosszabb folyamat eredménye. Szerencsések azok a kultúrák – mint az itáliai, a spanyol –, ahol például az építészetben a hagyományos stílus sikeresen összesimult a korszerűséggel. Az apácacserepes házak, vagy a görög szigeteken a fehér falú, tengerkék színű tetők, ajtók és ablakkeretek nem idegenek a természeti környezettől. Korábban a népköltészet, az autentikus népdal, a néptánc, a szokások érzelmi és ízlésbéli biztonságot adtak. Ma, a lakodalmas zene, a celebkultúra, a szappanoperák, a tucatfilmek a mindennapi gyakorlatban kevésbé használható mintákat kínálnak.

A múlt század elején még a munkáskultúrának is összetartó ereje volt, a szervezett munkások szabadegyetemeket, munkásdalárdákat, szavalóköröket, sportklubokat működtettek, az angyalföldi Hétházban, Kilencházban, Tizenháromházban, a MÁV-kolóniában egymást segítették a lakók.

Egy polgárcsalád nappalijában válogatott könyvtár volt, ott állt a zongora, a gyerekekhez Fraulein, Miss és Mademoiselle járt nyelveket tanítani, és a tudásnak, az illemnek becsülete volt.

Ezek a normák és értékek már csak nyomokban lelhetők fel, ami az egymást követő politikai rendszerek erőszakos megoldásainak, a paraszti és polgári kultúra mesterséges pusztításának, illetve a modernizálódásnak a következménye. Utólag már nincs sok értelme siránkozni

ezen, de nem csoda, ha ezek a folyamatok nem derítik az embert jókedvre.

A normavesztés szorongással, az erkölcsi értékek megroppanásával is jár, de ettől függetlenül is sokan olyan könnyedén kimondják, hogy „depis vagyok”. A szomorúságot, a rossz hangulatot összekeverik a depresszióval. Ha egyszer megtapasztalnák a klinikai depresszió tüneteit, bizonyára óvatosabban fogalmaznának.

Életem egy szakaszában úgy éreztem, nem tudok megbirkózni egy súlyos betegség következményeivel, ehhez magánéleti és szakmai válság társult. Feleslegesnek és tehetségtelennek éreztem magam, hónapokig nem tudtam aludni, csak feküdtem, miközben sírás nélkül folyt a könnyem, és azt mérlegeltem, hogyan vessek véget az életemnek – akkor azt hiszem, egy kicsit tényleg „depis” voltam.

Nyolcvanéves pszichiáter ismerősöm azt vallotta, „A depresszióra a legjobb terápia, ha az ember szeretőt cserél!”. Neki egyébként minden bajra ez volt a receptje, nemcsak a depresszióra, hanem a fogfájásra és a hólyaghurutra is. Szeretőket sosem tartottam, lélekből, érzelmi alapon működöm; nekem csak szerelmeim voltak. Igaz, nagy ritkán előfordult, hogy egy időben több is, de egyik se szerető volt, valamennyi igaz szerelem. Ebben az időszakban viszont nemhogy cserélni való

szeretőm vagy szerelmem nem volt, de már feleségem se nagyon. És akkor, mint a slágerekben, megjelent a szerelem. Mondtam a pszichiáteremnek, „Beleszerettem egy kedves, fiatal lányba, járunk néhány hete, és a lány fölvetette, mi lenne, ha abbahagynám a gyógyszereket. Mit szól hozzá?” Komoly arccal elgondolkodott, és azt felelte: „Úgy látom, talált magának egy nálam is jobb lélekbúvárt. Abbahagyjuk a gyógyszereket. Ön meggyógyult”.

De miért kellene mindig és kényszeresen boldognak lenni? Vajon boldogabb lett az emberiség a pozitív gondolkodást sulykoló „önsegítő” tréningektől?

Forgács József (Joseph P. Forgas) egyik kutatása a rosszkedv meglepő előnyeit vizsgálta. Azt javasolja, tanuljuk meg becsülni a szomorúságot, ideje lenne végre újraértékelni a rossz hangulatot, hiszen ez a lelkiállapot is hozzátartozik az ember normális hétköznapi érzéseihez.

A görög tragédiák, Shakespeare drámái, Chopin és Beethoven muzsikája, Goethe *Werther*e, Ibsen és Csehov színpadi művei, Bergman és Tarkovszkij filmjei nem születhettek volna meg a tragikus, a szorongásos és szomorú érzelmek nélkül, ezek is segítettek megérteni és feldolgozni a hasonló élethelyzeteket. De még az epikureusok és sztoikus filozófusok is felhívták a

figyelmet a szerencsétlenség, a veszteség, a bánat feldolgozásához szükséges képességekre. Az emberi érzelmek között sokkal több a negatív – például a harag, a félelem, az undor, a szégyen, a levertség –, mint a pozitív lelkiállapot, állítja a magyar származású ausztrál szociálpszichológus professzor.

Amikor letörtek vagyunk, nagyobb az esélyünk arra, hogy kivívjuk mások figyelmét, együttérzését, vigasztalását. A szomorúság növeli az empátiát, a szánalmat, az erkölcsi és esztétikai érzékenységet, fontos forrása a művészi érzékenységnek. De a szomorúságnak számos más meglepő pszichológiai előnye is van: borongós hangulatban jobb lesz a megfigyelőképességünk, a memóriánk, pontosabbak az ítéleteink, kevésbé vagyunk manipulálhatók, jobban kommunikálunk, szociálisan érzékenyebbek vagyunk, jobban betartjuk a normákat és kevésbé vagyunk önzők. Az állandó szomorúság nyilván kóros kedélybetegség jele, viszont aki állandóan boldog, az is minimum gyanús.

A kutatások szerint a vidám lelkialkat egyéni és öröklődik. Kiegyensúlyozott személyiségeknél ritkák a nagyobb kilengések. Az önsegítő tréningek, a különböző hókuszpókuszok az általános hangulatunkon legfeljebb 10-20%-ot képesek javítani, ami persze nem elhanyagolható, de nem is lényegi változás.

Hogy az intelligensek depressziósak volnának, arra

tehát nincsenek bizonyítékok, de arra igen, hogy a nyomott kedélyállapot intelligensebb viselkedésre sarkall, és hogy egy kiegyensúlyozott embernek meg kell tanulnia kezelni a különböző lelkiállapotait. Az a szerencsés, ha képesek vagyunk a világot derűvel és borúval együtt, a maga teljességében érzékelni és feldolgozni.

Mi lehet az oka, hogy sokan kilátástalannak látják a jövőt, és ettől pesszimisták?

„Ami nem az: az is az”

Amióta a kormány az egyetemi és akadémiai kutatóközpontoktól, valamint a tudománytól is független történeti kutatóintézeteket hozott létre, lassanként már a múltat is bajos megjósolni, nemhogy a jövőt. De vajon ismerjük-e a jelent? Tegyünk egy próbát!

Hans Rosling svéd orvos, a globális egészségügy szakértője az ENSZ adataiból összeállított egy tesztet, amiből lemérhetjük, reális képünk van-e a világról. Egy kis ízelítő a tesztből. Lehet elővenni papírt és ceruzát és próbálkozni, hány kérdésre tudjuk a jó választ.

1. *A világ összes alacsony jövedelmű országában a lányok hány százaléka fejezi be az általános iskolát?*

   A 20%

   B 40%

   C 60%

2. *Hol él a világ lakosságának többsége?*

   A Alacsony jövedelmű országokban

   B Közepes jövedelmű országokban

   C Magas jövedelmű országokban

3. *Az elmúlt 20 évben a világ lakossága szélsőséges*

szegénységben élő részének aránya…
A majdnem megduplázódott
B nagyjából azonos maradt
C majdnem felére csökkent

4. *A világon ma kétmilliárd 0–15 év közötti korú gyermek él. Az ENSZ számításai szerint hány gyermek lesz 2100-ban?*
A 4 milliárd
B 3 milliárd
C 2 milliárd

5. *A világon ma élő egyéves gyermekeknek mekkora hányada kapott védőoltást valamilyen betegség ellen?*
A 20%
B 50%
C 80%

6. *A világ lakóinak mekkora hányada fér hozzá valamilyen mértékben elektromossághoz?*[2]
A 20%
B 50%
C 80%

Ha az olvasó alig talált el néhány helyes választ, ne keseredjen el! Az emberek többsége így van ezzel. Rosling doktor szerint, ha három banánra ráírnák, hogy *A, B,*

illetve *C*, mintha azok lennének a válaszok, és odanyújtanák egy csimpánznak, akkor 33% eséllyel választaná az egyiket. Az emberek átlagos találati aránya ezzel szemben 13%. Rosszabbul teljesítünk, mint a csimpánzok. Nyilván nem az az oka, hogy a csimpánz okosabb az embernél, hanem hogy a majom elvileg egyenlő eséllyel, 3:1 arányban választ a lehetőségek között, mi meg magabiztosan ragaszkodunk a tévképzetünkhöz, egy elavult világképhez.

A nyugati közgondolkodás szerint „mi vagyunk a fejlett Nyugat", kis családban élünk, egy-két gyerekkel, és hosszú élet áll előttünk. És vannak „ők", azaz mindenki más a világon, akik sok gyerekkel, nagycsaládban, fillérekből tengetik rövid életüket. 1962-ben, amikor egy nagyobb felmérés készült, valóban valahogy így festett a világ. Afrika, Ázsia és Latin-Amerika egyes területein nem volt ritka a 8–10 gyerek sem, és a várható átlagos élettartam sokfelé alig haladta meg a 30–40 évet. A hetvenes évektől azonban nagy változás állt be a világban. Kínában az erőszakos és gyakran tragikus születésszabályozás eredményeként valóban megváltozott a családmodell, miközben 40-50 millió férfi hiába keres magának feleséget, mert a családok úgy ügyeskedtek – gyakran csecsemőgyilkosságok árán –, hogy ha csak egy gyerek lehet, akkor az legyen fiú. A radikálisan csökkenő gyerekszámmal Kínában és Indiában néhány évtized

múlva felmérhetetlen nyugdíjválság várható. A latin-amerikai országokban a nyolcvanas években kezdődött a családmodell átalakulása, a trendet követték az arab országok, majd India, sőt Banglades is elindult a kisebb családmodell felé. A kilencvenes években, a pusztító járványok miatt az afrikai országok egy része ugyan megrekedt egy korábbi szinten, de mindent egybevetve a világ ma másként fest, mint ahogy a tévképzetünkben él, állítja Hans Rosling.

A kevesebb gyerek nem feltétlenül egy központi akarat következménye. A sok gyerek vállalásának fő oka – a vallási előírások és a fogamzásgátlás ismereteinek hiánya mellett – a magas gyermekhalandóság volt, a nyolc-tíz gyerekből gyakran csak három-négy élte meg a felnőttkort, ami aztán beépült a kultúrába. Ahogy javulnak az egészségügyi feltételek, úgy fokozatosan változik a kultúra, csökken a gyermekszám, javulnak az életkörülmények. Csakhogy az egészségügyi feltételek gyorsabban változnak, mint a kultúra (a tesztből is láthattuk, hogy ma a világon az egyéves korú gyerekek 80%-a már védőoltásokat kap), így átmenetileg megugrik a népességszám. S noha lekonyulni látszik a túlnépesedéssel riogató, ég felé törő görbe, a számítások szerint 2075-ben így is 11 milliárdan élünk majd a földgolyón.

A világra ma már nem a gazdagok és szegények két

szélsősége jellemző, hanem a 4 jövedelmi szint. Ahogy a tesztben láttuk, az elmúlt 20 évben a szélsőséges szegénységben élők száma a felére csökkent, és a föld lakóinak zöme közepes jövedelmű országokban él. A közepes jövedelmet persze nem európai értelemben kell elképzelnünk. A világon egymilliárd ember él napi 1 (egy!) dollárból (I. jövedelmi szint), hárommilliárdan napi 2–8 dollárból (II. jövedelmi szint), kétmilliárdan napi 8–32 dollárból (III. jövedelmi szint) és egymilliárdan élnek több mint napi 32 dollárból (IV. jövedelmi szint). Magyarország valahol a III–IV. szint határán van.

Az agyunk megoldási módszerei még a szavannákon edződött őskori szinten tart, miközben az info- és biotechnológia forradalma, a társadalmi változások új kihívásai 21. századi problémák elé állítanak bennünket. Egy elhajított lándzsa vagy kő röppályáját – a tárgy mérete és erőnlétünk ismeretében – az agyunk viszonylag könnyen kiszámítja. Egy járvány terjedésének „röppályáját", vagyis a járványgörbét már sokkal nehezebben. A sok változó miatt a görbe lehet lineáris, exponenciális, logaritmikus, lefelé és felfelé görbülő.

Az igazolt tények is gyakran belezuhannak hétköznapi gondolkodásunk csapdáiba. A tudomány kísérletekkel, bizonyításokkal igyekszik kizárni ezeket a gondolkodási

tévutakat. Egy nagyon egyszerű példával élve, ha valaki nem hiszi el, hogy a víz 100 °C-on felforr, 0 °C-on pedig megfagy, akkor könnyű helyzetben vagyunk, elég elővenni egy hőmérőt, egy konyhai edényben vizet forralni, majd, amikor kihűlt, betenni egy időre a mélyhűtőbe. Kész, vita lezárva. Azonban azt hogyan lehet meggyőzően bizonyítani, hogy a liberális demokráciák vagy az autokratikus rendszerek lesznek-e életképesebbek a jövőben? Hogy mi az előremutató: korrekt piacgazdasági körülmények között, a közjóra is gondolva, empatikusan viselkedni embertársainkkal, vagy hatalomra törni és korrupcióval, zavaros kapcsolatainkon keresztül meggazdagodni a közvagyonból? Hogy melyik vallás a jobb? Létezik-e isten? Miként viszonyuljunk az abortuszhoz és a migrációhoz? Igazunk tudatában persze keményen képviseljük a véleményünket, és vannak érveink is. De hiába az érvek és a történelem tanulsága, hogy a demokratikus társadalmak – az ész, a tudomány, a humanizmus – hosszú távon sokkal eredményesebbek, mint a tekintélyelvű államok, mert társadalmi robbanás nélkül képesek feloldani a belső feszültségeket, sokra nem megyünk velük. Az ideológiai és a vallási hiedelmek működése meglepően közeli rokonságban áll egymással. Ha hitbéli, morális vagy politikai kérdések merülnek fel, akkor a tények és a racionális érvek kudarcot vallanak,

mert a háttérben mindig ott motoszkálnak az érzelmeink, a neveltetésünkből és tapasztalatainkból származó előítéleteink és meggyőződésünk, illetve a rövid távú érdekeink.

Ha ismerjük gondolkodásunk csapdáit, akkor egy lépéssel előbbre járunk ugyan, de így se könnyű meggyőzni másokat. Olykor magunkat sem. Tudjuk:

- gyakran a felszín alapján ítélkezünk;
- könnyen általánosítunk;
- gondolatban torzítunk;
- kihagyunk olyan részleteket, amelyek nem illenek bele az érvrendszerünkbe;
- árnyalt gondolkodás helyett ellentétpárokban fogalmazunk (jó–rossz, szegény–gazdag, barát–ellenség);
- nehezen tudjuk levetkőzni sok ezeréves „törzsi szemléletünket” (mi és ők);
- védekező ösztönből, a lehetséges rosszra való felkészülésből dramatizálunk;
- agressziónk levezetésére és önmagunk felmentésére bűnbakokat gyártunk;
- sorsszerűségben gondolkodunk.

Pedig mindenre vannak ellenérvek. Hogy csak az utóbbinál, a sorsszerűségnél maradjunk: milyen gyakran

mondjuk, hogy „úgyse lehet tenni semmit”, „ilyen a kultúránk”, „ez a génjeinkben van”, „az afrikaiak, a kínaiak, a magyarok, a zsidók, az arabok, a cigányok, a hottentották soha nem fognak megváltozni”. Nem vesszük észre, hogy a világ és a kultúrák folyamatos átalakulásban vannak! Néhány évtizeddel ezelőtt Ukrajna egyes területein a lakosság 40%-a éhen halt, Kínában olyan éhínség volt, ami 15-20 millió ember halálát követelte, India és Dél-Korea pedig sok tekintetben rosszabb gazdasági és egészségügyi helyzetben volt, mint ma a szubszaharai régió. Nehezen fogadjuk el, hogy a lassú változás is változás.

A COVID–19-hez hasonló járványok, a terrorizmus, a klímaváltozás, vagy épp a jelenleg Afrika-szerte pusztító sáskajárás persze felülírhatják a fokozatos javulást. Napjainkban, a Szaharától délre eső területen az elmúlt fél évszázad legsúlyosabb éhínsége várható, ha az afrikaiak százmilliói nem kapnak segítséget a világtól. Ez beláthatatlan következményekkel járhat a migrációra is.

Tévképzeteink és előítéleteink megakadályoznak minket abban, hogy reálisan mérjük fel a kockázatokat. Az ötös lottó főnyereményének esélye: 1:43,94 millióhoz. Szinte teljesen reménytelen, hogy éppen mi nyerjünk. De logikát és valószínűségszámítást sutba dobva mégis veszünk

lottószelvényt, mert időnként tényleg van valakinek telitalálata, és azzal biztatjuk magunkat, hátha legközelebb mi leszünk a szerencsések.

Mitől rettegünk jobban: a cápáktól vagy a kókuszdiótól? A cápáktól, igaz? Pedig a statisztikák szerint, a tenger mellett nyaralva sokkal nagyobb eséllyel halunk meg egy fejünkre pottyanó kókuszdiótól, mint egy cápatámadástól.

A legpesszimistább forgatókönyv szerint 2021 tavaszáig a COVID–19 által megfertőzött emberek száma világszerte elérheti a 600 milliót és akár 3,7 millió halott is lehet. Az előrelátó kormányok szigorú intézkedéseket hoznak, mi meg fertőtlenítünk, maszkot hordunk, hónapokig nem mozdulunk ki otthonról, nem találkozunk szeretteinkkel, és még anyagi helyzetünk megroppanása árán is betartjuk a szabályokat. Ez így van rendjén. Okos állam és okos ember így cselekszik. A szív- és érrendszeri betegségek következtében viszont évente 18 milliónyian (!), tehát ötször annyian halnak meg a világon, mint amit a koronavírus legpesszimistább jóslataiból kikövetkeztethetünk. Nem az lenne a logikus, hogy a kormányok és mi is ötször (de legalább kétszer) akkora figyelmet fordítsunk a betegségcsoport okainak megelőzésére is, mint amennyit, nagyon helyesen, a járványra fordítunk? Ami bennünket illet, nekünk elegendő lenne hetente kétszer kicsit mozogni, nem tömni két pofára a zsíros ételeket, kevesebb alkoholt

fogyasztani és leszokni a dohányzásról. És? Tesszük? Úgy tűnik, a vírustól és a cápától jobban félünk. Persze csak addig, míg meg nem jelenik az első sikeres horrorfilm a vérszomjas kókuszdióról és a bestiális, földöntúli koleszterinről, ami befészkeli magát az emberek testébe, aztán szétrágja az érrendszerüket és a szívüket.

A nyolcvanas évek elején Párizsban végre sikerült találkoznom egyik kedvenc írómmal. Az argentin Julio Cortázar apja is diplomata volt, akárcsak az én szüleim, Brüsszelben született, Argentínában európainak, Európában latin-amerikainak érezte magát. A mindenhova és sehova se tartozás szabadságát, az ezzel járó kívülállást és magányt, életünk párhuzamait már a hatvanas években, Buenos Airesben töltött kamaszkorom idején is rokonnak éreztem. Érzelmileg kiszolgáltatott hősei, a fikció és a realitás határán játszódó művei meghatározóak voltak számomra, amelyekben a líra és a mélypszichológia váratlanul fordul át a fantasztikusba. Amikor a mágikus realizmustól eltérő, fantasztikus látásmódról kérdeztem, példaként azt mondta: „A hely, ahol most beszélgetünk egy teljesen szokványos környezet, de fantasztikus dolgok itt is történhetnek. Én ezt sosem zárom ki. Még az is előfordulhat, hogy amikor odahaza majd lejátssza ezt a videófelvételt, kiderül, hogy

egészen mást fog hallani, mint amit én most mondok, talán nem is én fogok beszélni. A nyugati kultúrában mi valamennyien Arisztotelész gyermekei vagyunk, mindenben logikát keresünk, pedig egy kicsivel több képzelettel nem mennénk el olyan dolgok mellett, amit könnyedén csak véletlennek nevezünk”.

Amikor otthon a kollégáimnak lejátszottam az interjút, vártam a fantasztikus csodát: valóban Cortázar beszél-e még mindig a szalagon, és valóban azt mondja-e, amit Párizsban hallottam tőle? Kiderült, hogy a kollégák számára – akik az argentin íróról alig tudtak valamit, és akiket nem fűzött hozzá érzelem – a képernyőn beszélő ember nem ugyanaz volt, mint számomra. A gondolatmenetét is ki-ki a maga módján értelmezte; voltak, akik csak legyintettek, hogy ez egy nyakatekert marhaság, mások egymással is vitatkozva próbálták megfejteni, mire gondolhatott az író. Szóval Cortázarnak végül is igaza volt, a kollégáim számára legalábbis nem ugyanaz az ember beszélt a videón, mint nekem Párizsban, és nem is azt mondta, amit én hallottam. Cortázar nagyregényének, a *Rayuelá*nak egyik mondata saját fordításban így szól: „A hiba ott lehet, hogy arról a kis tárgyról elfogadtuk, hogy csavar, pusztán azért, mert csavar formája volt”.

Az Arisztotelész munkásságára épülő nyugati tradicionális logika szerint – amire Cortázar is utalt, és

amit én most nagyon leegyszerűsítek – minden fogalom azonos önmagával: A = A, B = B, valami vagy A vagy B, harmadik eset kizárt. A csavar, az csavar és punktum.

Ami ezzel a logikával ellentétes, azt a nyugati gondolkodás nehezen követi. Csuang-ce viszont azt mondja: *„Ami az: az. Ami nem az: az is az.”* A hétköznapi nyugati agyunkkal ez teljesen értelmetlen. Az egyértelműségre törekvő gondolkodás ezért fogadja el nehezen az ambivalenciát is, például, hogy lehet valakit egyszerre szeretni és gyűlölni, hogy lehet egyszerre szenvedni valakitől és mégis ragaszkodni hozzá, hogy lehet valami után vágyódni és mégis szorongani tőle. Pedig tudjuk, hogy ezek létező jelenségek.

A nyugati gondolkodás évszázadok óta a racionalitás és a szavak bűvöletében él, ezeknek köszönhetjük a tudományos eredményeket, illetve, hogy ismereteink átadhatók.

Az emberek már évezredekkel ezelőtt teremtő erőt tulajdonítottak a szónak. A hinduizmusban az *om* (aum) szótag az univerzum hangja, és rezgése maga a teremtő ige, Buddha is a tudáshoz és a belső békéhez vezető út egyik fontos ösvényének tekintette a helyes beszédet. A Biblia tanúsága szerint pedig az Úrnak elegendő volt csupán annyit mondania: „Legyen világosság!” És lett. Éppenséggel mondhatta volna azt is, hogy a fejekben is legyen világosság, de nem mondta. Nem is lett.

Később az emberiség úgy gondolta: „a szó elszáll, az írás megmarad”, és megalkotta az írást. Amikor még fáradságos módon kőtáblába kellett vésni, vagy aprólékosan kimunkált iniciálékkal díszített kódexekbe körmölték a mondatokat, az írástudók kétszer is meggondolták, mi kerüljön a kőre vagy a papírra. A nyomtatással és különösen a számítógéppel azonban az írás annyira mindennapossá vált, hogy már nemcsak az emberi tudásnak és bölcsességnek, hanem az emberi ostobaságnak és aljasságnak is kimeríthetetlen forrása lett. Nem csoda, ha mindez megingatta az írás hitelét.

„Már csak azt hisszük el, amit látunk!” – mondtuk akkor rezignáltan.

De vajon a valóságot látjuk?

Kazimir Malevics egyik képén mintha egy stilizált papírrepülő és más geometriai formák szállnának az ég fel. Az eszünkkel tudjuk, hogy amit látunk, csupán egy kifeszített vászon, mindenféle festett formákkal, és hogy nem repül ott semmi, mégis a mozgás illúzióját éljük át. Mindenki számára ismerős az érzés, hogy miközben békésen üldögélünk az induló vonaton a kupéban, egyszer csak az állomás elindul az ellenkező irányba, és rohannak a fák. Akkor is lehet tehát mozgásélményünk, ha mi mozdulatlanok vagyunk. A retinára érkező vizuális ingereket, információ-részleteket az agyunk elemzi, rendszerbe rakja és különböző elvek szerint csoportosítja.

A dallam is több, mint az önálló hangjegyek összessége, hiszen, ha más hangnembe transzponáljuk a hangjegyeket, attól a dallam még megmarad.

Vagy gondoljunk a mozira! A filmen az egymás után felvillanó, álló képkockák is mozgásélményt adnak. A filmvágásnál pedig a két egymás mögé vágott képsor nem egyszerűen összeadódik, hanem többletjelentéssel bírhat: lehet ellenpont, mutathat nézési irányt, fokozhatja a feszültséget, kiválthat érzelmeket, lehet a humor forrása és így tovább. Szergej Eisenstein, szovjet-orosz filmrendező ismert meghatározása szerint a montázsban 1 + 1 = 3.

A 19. század fordulóján és a 20. század első évtizedeiben a fizikában, a filozófiában, a pszichológiában, a zenében, a filmben és a festészetben szinte egy időben fogalmazódott meg a korszakalkotó felfedezés, hogy *„az egész több, mint a részek összessége”*.

Az emberiség évezredek óta az érzékszervei segítségével tájékozódik a látható fizikai világban. Feltétel nélkül bízik a szemében, fülében, orrában, holott, mint láttuk, ennek a bizalomnak sokkal kevesebb alapja van, mint azt sokáig gondoltuk. Az érzékelésünkben öntudatlanul az agyunk segítségére szorulunk, de egyre nagyobb szükségünk lesz arra, hogy ezt a szervünket tudatosan is minél jobban használjuk.

A szavak is csak akkor alkalmasak a kommunikációra,

ha közös tapasztalatokon alapulnak. A taoizmus „Hová tűnik az öklöm, ha kinyitom a tenyerem?” kérdése a nyugati gondolkodás számára paradoxonnak tűnhet. Értjük persze, hogy mi történik, mégis valami, ami látszólag volt, megmagyarázhatatlan módon eltűnt. A kínai nyelvben azonban az ököl szó nemcsak főnevet, hanem igét is jelent, így egy kínai számára természetes folyamat, hogy amikor kinyitom a tenyerem, már nem *öklök* tovább. Vagy vegyünk egy másik példát: ha csak annyit tudunk, hogy adva van egy alul meztelen, szétterpesztett combú nő, a kontextus ismerete nélkül nem tudhatjuk, szexuális aktusról, nőgyógyászati vizsgálatról, szeméremsértésről, netán egy ősi afrikai rituális szertartásról van-e szó. De a legnagyobb gond nem is az, ha valamit nem tudunk, hanem ha közben magabiztosan azt hisszük, hogy tudjuk. Mert akkor még késztetést sem érzünk a megismerésre. *„Nem a tudatlanság volt az új kontinensek felfedezésének fő akadálya, hanem a »tudás illúziója«.”* – írja Daniel J. Boorstin amerikai történész.

Elődeink látták, hogy hajnalban keleten fölkelt a Nap, körbement az égbolton, aztán nyugaton vörös fényben lebukott. Meg voltak győződve arról is, hogy a Föld lapos, hiszen különben leesnének róla, gondolták. Micsoda képtelenségnek tűnhetett először, amikor Püthagorasz felvetette, hogy a bolygónk gömbölyű, illetve amikor

Kopernikusz pedzegetni kezdte, hogy a Föld forog a Nap körül, és nem fordítva. Milyen megalázónak érezhették az emberek, és érzik sokan ma is, hogy nem mi vagyunk a világ közepe, a bolygónk csupán egy a sok közül. Ezekért a gondolatokért az inkvizíció még száz évvel később is elítélte Galileit. És akkor még nem tudhatták, hogy a Naprendszerünk az összes bolygójával együtt a Tejútrendszernek csak a perifériáján kering. Ráadásul a Tejútrendszer csillagmilliárdjaival együtt a Hubble űrteleszkóp fotóján csupán egy gombostűhegynyi pontocska, mert mindennek a tetejében a galaxisunk is pusztán az egyike a világegyetem 125 milliárdnyi galaxisának.

Gondoljunk bele, már csak a kellő szerénység végett is, hogy micsoda porszemek vagyunk mi ezzel a hetvenöt-nyolcvan évnyi átlagos élettartamunkkal, az összes nyavalygásunkkal együtt a 13 milliárd éves világegyetemhez képest. És mégis, milyen végtelen érzelem, szépség, fájdalom, öröm és bánat fér ebbe az elillanó néhány évtizedbe, ami gyakorlatilag néhány szóval leírható: születés, fiatalság, szerelem, gyerek, munka, öregség, halál. Szerencsére az élet sorsfordulói mindenkinél hasonlók, így aztán egymásra ismerhetünk az érzéseinkben. Még nagyobb szerencsénkre mindenkinél másként ugyanolyan, különben miből élnének a halhatatlanok?

A modern technika, a politikai és a képmanipuláció legkorszerűbb eszközei, az álhírek és az összeesküvés-elméletek végképp elbizonytalanítanak bennünket abban, hogy elhihetjük-e, amit látunk és hallunk.

A jelenségek pontos értelmezéséhez feltétlenül szükséges a körülmények ismerete és a hiteles, megbízható vizsgálati módszer. Mint ahogy Rosling tesztjéből láthattuk, a világról elég régimódi képünk van, a gondolkodási modelljeink is frissítésre szorulnak. És akkor még nem szóltunk azokról a kérdőjelekről, ami elé a digitális világ, a mesterséges intelligencia, a modern tudomány és a *post truth*, az úgynevezett „igazság utáni világ” állít bennünket már ma is.

Lóg a cipőfűzőnk

2017-ben Barack Obama egy videón olyan szöveget mond, ami sosem hangzott el. Számítógéppel rakták össze a képet és a hangot. A *deepfake* eljárás csupán az egyik látványos példa arra, hogy az emberiség olyan keresztúthoz ért, amire nehezen található morálisan elfogadható válasz. Csak bámuljuk a videót és nem akarunk hinni a szemünknek és a fülünknek. A mesterséges intelligencia, korábbi kép- és hanganyagok felhasználásával képes lemodellezni bárkinek a test- és szájmozgását, a szöveget kiegészíthetik egy jó szinkronszínész mondataival, a manipulált végeredményt pedig szinte képtelenség megkülönböztetni a valóditól.

Felmerült bennem, ha rólam is készülne egy ilyen videó, talán azt se tudnám eldönteni, melyik vagyok én, és nézném egymást…

A valóság és az álvalóság, az igazság és az áligazság úgy csúszott egymásba napjainkban, mint korábban soha.

Pavlov laboratóriumában a tanítványai megtanították az állatoknak, hogy ha olyan ábrát látnak, ami egy kört ábrázol, akkor táplálékot kapnak, ha az ábrán ellipszis látható, akkor áramütés éri őket. Aztán elkezdték

közelíteni egymáshoz a két geometriai formát, a kört apránként összenyomták, az ellipszist széthúzták. Egészen addig, amíg az állatok meg tudták különböztetni a két formát, addig – a pavlovi reflexnek megfelelően – a körre megindult a nyálelválasztásuk, az ellipszisre pedig nyugtalanul rohangálni kezdtek. Amikor a két ábra – mint a valóság és az álvalóság – összecsúszott, a különbség már nem volt érzékelhető, és a kísérleti állatok nem tudták eldönteni, hogy jutalom vagy büntetés lesz-e a részük, egyes állatok agresszívek lettek, míg mások szűkölve behúzták fülüket, farkukat, és csak abban reménykedtek, hogy megússzák a bizonytalan helyzetet.

A pszichológusok megfigyelték, hogy szélsőségesen bizonytalan helyzetekben az embereknél is hasonlók a reakciók, mint az állatoknál az úgynevezett „kísérletes neurózisban”.

A bizonytalanság tehát szorongást és agressziót szül, a szorongás feloldására pedig gyakran nem racionális válaszok születnek. Ez is a táptalaja az összeesküvés-elméleteknek, amelyek a bonyolult jelenségekre leegyszerűsítő álmagyarázatokat kínálnak, azt az illúziót keltve, hogy a nehezen átlátható összefüggések mögött titokzatos gonosz szándékok rejtőznek.

A varjak és más madarak is ismerik az embernél az iskolákban és munkahelyen tapasztalható csoportos zaklatást. Addig üldözik nappal rikácsolva az uhut, a

macskát vagy más éjszakai vadászó állatot, míg az elmenekül a területről. Az összeesküvés-elméletek és az álhírek tömeges megosztása a csoportos agressziónak ezzel a típusával lehet rokon.

A titokzatos idegen hatalmaktól való közös félelem erősíti a konteó-hívőkben a csoportösszetartozást, alkalmas az egyéni kudarcok magyarázatára, egyben felment a felelősség alól is, ők semmiről nem tehetnek, minden, ami rossz, az a gonosz háttérhatalmak (szabadkőművesek, zsidók, liberálisok, nagytőkések, brüsszeli bürokraták, gyíkemberek) műve.

Az összeesküvés-elméletek elsősorban a korábbi előítéletek megerősítésére szolgálnak. Egy kutatás szerint például az arabok 80%-a elhiszi, hogy a 2001. szeptember 11-i terrortámadást nem az al-Kaida hajtotta végre, hanem az amerikai és az izraeli kormány jóváhagyásával történt. Ebben a hitükben az sem ingatja meg őket, hogy bebizonyosodott: a 19 terrorista az al-Kaida szervezet tagja volt és Oszama bin Laden maga is vállalta a felelősséget a terrortámadásért.

A COVID–19 járvány idején a konteó-hívőket a hiteles kutatóintézetek és tudósok cáfolatai sem zavarják abban, hogy akár egymásnak ellentmondó híreszteléseket is terjesszenek:

A a vírus nem természetes mutáció, hanem gonosz

emberi manipuláció eredménye;

B nincs is vírus, az egész csak hatalmi játszma, a maszktól pedig megfulladunk;

C a vírust a kínaiak szabadították a világra a vuhani laboratóriumból, hogy tönkretegyék az amerikaiakat;

D az amerikaiak szabadították Kínára, hogy megőrizhessék a világgazdaságban betöltött vezető szerepüket;

E Bill Gates és Soros György szabadította a világra, hogy megtizedeljék az emberiséget;

F Bill Gates és Soros György titokban már kifejlesztették a vírus elleni vakcinát, és azért szabadították a világra a kórt, hogy sok pénzt keressenek az ellenszerrel;

G a vakcinák nem érnek semmit, inkább ártanak, mint használnak;

H a járvány az 5G hálózat miatt van, stb. stb.

A járványok, fertőzések nem új keletűek. Évezredek óta együtt élünk (együtt halunk) velük. A vallások előírásokkal védekeztek a járványok és fertőzések ellen, mert az egészségügyi felvilágosítás és a ráolvasások már akkor se hatottak. A sivatagi népeket (muszlimokat, zsidókat) a vallásuk tiltja a sertés fogyasztásától, mert a

melegben a sertéshús hamar romlik. A zsidók kóser konyhája külön kezeli a tejes és a húsos edényeket, a vallásos muszlim halal konyha tiltja a kagyló, a szárazföldi pikkelyesek és a ragadozó madarak fogyasztását, a hinduk túlfőzik az ételt, mert az sterilizál. A halottakat ezeken a vidékeken nagyon gyorsan eltemetik vagy elégetik. A vallásos hit szerint, hogy a lélek ne szenvedjen a halott testben, valójában, hogy elkerüljék a járványokat. A fiúk körülmetélése eredetileg szintén a fertőzések elkerülésére szolgált, ahogy a muszlimoknál a napi ötszöri ima előtt a kötelező bemosakodás, a zsidó nőknél a rituális fürdő is, mert az emberek az isteni büntetéstől már akkor is jobban tartottak, mint a kosztól. Számos kultúrában, például Indiában, Mongóliában csak jobb kézzel illik kínálni és enni, mert a bal kezet altestük megtisztítására használják. A húsos ételeknél eredetileg a fűszerek is (a rozmaring, a fokhagyma, a csípős paprika) a fertőző rovarok távoltartására szolgáltak. Hogy a fűszerektől sokkal ízletesebb az étel, az már csak az egészségügyi előírásoktól független szerencsénk.

Talán, ha a maszkviselést, a rendszeres kézfertőtlenítést, a távolságtartást ma is vallási előírások követelnék meg, kevesebb vita lenne e körül.

Régen a járványokat, a dögvészt, a kolerát, a tífuszt, a himlőt isteni büntetésnek vagy boszorkányok gonosz varázslatának tekintették. Manapság a járvány

bűnbakjainak kikiáltott személyek elleni rémhírterjesztés alig különbözik az egykori boszorkányüldözésektől. Jól felismerhető mintái a középkori misztériumjátékok, illetve a gyerekes szuperhősfilmek: az első esetben Bill Gatesre és Soros Györgyre a Sátán szerepét osztották, míg a másodiknál ők a világhatalomra törő főgonoszok, akiket a szuperhősök majd jól legyőznek.

A járványok – a gonoszok ármánykodásától függetlenül is – rengeteg keserűséget okoztak: elegendő csupán az utóbbi évszázadra gondolni, amikor a TBC, a diftéria, a himlő Európában is népbetegség volt. A húszas években a spanyolnátha 50 millió áldozatot követelt, többet, mint az első világháború. Az ötvenes években a járványos gyermekbénulás még az egyik legfélelmetesebb betegség volt, a hatvanas években a fekete himlő sok millió embert fertőzött meg, a hetvenes években a vérzéses lázzal és magas halálozási aránnyal járó Ebola tartotta rettegésben Afrikát, a nyolcvanas évek járványa az AIDS, a kétezres éveké a SARS, 2009-ben diagnosztizálták Mexikóban a sertésinfluenzát, 2012-ben a Közel-Keleten a MERS-t.

A járványok többsége ma is ugyanúgy pusztítana, ha nem lennének védőoltások, gyógyszerek, de a kanyaró a mai napig évente több százezer, a malária évi egymillió áldozatot szed. A fertőzött gyerekek negyede ma sem éli túl ezeket a betegségeket.

Peter C. Doherty, Nobel-díjas ausztrál víruskutató

professzor tizennyolc éve folyamatosan figyelmeztet a világjárvány veszélyére.

A rosszindulatú híresztelésekkel ellentétben Bill Gates is évek óta mondja, hogy a kormányok nincsenek megfelelően felkészülve egy esetleges világjárványra. A Bill & Melinda Gates Foundation az elmúlt években több milliárd dollárt költött a HIV, a TBC, az Ebola, az influenza, a malária elleni küzdelemre. Csupán 2012-ben 2 milliárd dollárt adományoztak a malária elleni harcra, 2019 októberében pedig, csupán néhány hónappal a COVID–19 járvány kirobbanása előtt *Event 201* néven tartottak pandémiagyakorlatot, mellyel igyekeztek felhívni a figyelmet a veszélyre. Az összeesküvés-elméletek terjesztői ezt is ellenük fordították: „Lám, ők már tudták, nyilván azért, mert ők csinálták, hogy az általuk kifejlesztett vakcinával majd sok pénzt keressenek”. Holott megbízhatóan tesztelt vakcina még könyvünk születésekor is csupán remény, pedig szerte a világon kétszáz laboratórium, éjt nappallá téve, egymással is versenyezve dolgozik rajta. Gates a járvány idején is a szegény országok megsegítésére buzdít.

A német kormány is időben ébredt. A Bundestag már 2013-ban, a SARS és a MERS-járványt követően tanulmányt rendelt a Robert Koch Intézet szakmai felügyeletével a tüdőgyulladásos megbetegedéssel járó, levegőben terjedő koronavírus járványról. A korai

felkészülésnek köszönhetően 2020. április elején már 15-20 ezer szabad intenzív ágy állt a németek rendelkezésére, ezzel tudtak segíteni négy másik országnak is.

Az összeesküvés-elméletek egy része azért is tűnik hihetőnek, mert összeesküvések valóban mindig léteztek a politikában, a diplomáciában, az üzleti életben. Elegendő Julius Caesar meggyilkolására, a középkori királygyilkosságokra, a náci Németország és a sztálini Szovjetunió közötti Molotov–Ribbentrop-paktumra, az 1948-as kékcédulás választási csalással elért kommunista hatalomátvételre, az 1956-os magyar forradalom elleni szovjet–amerikai–jugoszláv titkos megállapodásra, a Watergate-botrányra, napjaink gyanús üzleti összefonódásaira gondolni, hogy csak pár példát említsünk. Világméretű háttérhatalmakra azonban sem a múltban, sem a jelenben nincs bizonyíték.

Az összeesküvés-elméletekkel nehéz vitatkozni, mert nem az értelemre, hanem az érzelmekre épülnek, a konteó-hívők és a kritikusaik pedig eltérő információbuborékokban élnek, amelyek között alig van átjárás. Ezeket a teóriákat tagadni sem érdemes, inkább fel kellene készülni rájuk.

Ha valaki azt mondja, hogy lóg a cipőfűzőnk, lenézünk

a lábunkra. De ha április elsején mondják, gyerekkorunk óta gyanakszunk, hátha csak egy gyerekes ugratás a bolondok napján. Lassanként rászorulunk, hogy ezt a készenléti állapotot idézzük fel a hírek olvasásakor. Csakhogy ez már nem olyan tréfás.

A konteók nagy ellentmondása, hogy végül nem csökkentik sem a szorongást, sem a bizonytalanságot, az álhírek pedig folyamatosan aláássák a sajtó, a politika, a demokrácia hitelét. Látszólag elitellenesek, valójában a tömegeket akadályozzák abban, hogy hiteles információk birtokában dönthessenek saját sorsukról. A hatalmi politika éppen erre használja az álhíreket és az összeesküvés-elméleteket.

Mit kezdjünk ilyen körülmények között az egyre fenyegetőbb bizonytalanságunkkal? Dugjuk a fejünket a homokba, és reménykedjünk egy elképzelt ideális világban, vagy felismerve a szorongató ellentmondásokat, hagyjunk fel egy átlátható, tisztességes világrend reményével?

A racionális gondolkodás kétségkívül az emberállat sikerének egyik fontos tényezője az élővilágban. Azonban messze nem gondolkodunk olyan észszerűen, mint azt – különösen a felvilágosodás óta – feltételezzük. Döntéseinkben, emberi kapcsolatainkban, de még az

üzleti életben is kiemelkedő szerep jut az érzelmeknek és agyunk egyéb torzításainak. „Rendszerint túlbecsüljük a világ működésével kapcsolatos tudásunkat, és alábecsüljük a véletlen és a szerencse szerepét” – írja – némiképp Cortázar korábbi gondolataira is rímelően – Daniel Kahneman, aki pszichológusként közgazdasági Nobel-díjat kapott az eredményeiért.

Milyen büszkék voltunk arra, hogy saját akaratunkból tudatosan vagy intuícióból hozzuk meg döntéseinket. Az agykutatás és az idegtudomány újabb eredményei azonban azt bizonyítják, hogy a választásaink nem szabad döntések, hanem biokémiai mintafelismerések alapján születnek. Az agyunk – akár egy szuper számítógép – neuronok milliárdjait futtatva, a korábbi tapasztalatainkból a másodperc töredéke alatt valószínűségszámításokat végez, és ennek eredménye lesz a döntésünk.

Sokan állítják, hogy a megfelelő szenzorokkal ellátott mesterséges intelligencia (MI) képes lesz felismerni ezeket a biokémiai mintázatokat, és az embernél is pontosabban és gyorsabban tudja majd elvégezni a feladatokat. Rugalmas hálózatokba szerveződve, állandóan frissülve az emberi tapasztalatok egyre részletesebb elemzése alapján hozhatja meg a döntéseit.

Azt mondják, a jövőben a mesterséges intelligenciára hagyatkozhatunk majd az orvosi diagnózisoknál, a gazdasági, pénzügyi és jogi döntéseknél, az MI hozza majd a megfelelő politikai döntéseket, előrelátóbban, mint az ember, és milliók munkáját lesz képes helyettesíteni.

Mi történik majd, kérdezi Yuval Harari, ha az algoritmusok képesek lesznek jobban megérteni az emberi érzelmeket, mint Shakespeare vagy Mozart? A mesterséges intelligencia akkor talán tökéletes műalkotásokat is létrehozhat.

Aligha tűnik valószínűnek. Azt még el lehet képzelni, hogy az MI nézhető hollywoodi típusú filmeket, televíziós sorozatokat, közhelyes, rutinszerű festményeket készítsen, slágereket és sikerregényeket írjon. Ezek most is klisék alapján készülnek. De a politikai döntések nem a mindenki számára ideális változatokat keresik, hanem politikai és üzleti érdekek hatalomtechnikai megfontolásai alapján születnek. A mesterséges intelligencia hozhat hasonló, rutinszerű döntéseket, mint ma a politikusok, de ideálisakat nem, mert ahhoz morál, tisztesség, emberség, hit, empátia, könyörület, kritikus gondolkodás is szükségeltetik. Márpedig erre egy gép aligha lesz alkalmas. Erre csak a természetes intelligencia, az ember képes. Az ember lenne képes…

A valódi művészet is a korábbi klisék meghaladásáról szól. Nehezen képzelhető el, hogy a mesterséges intelligencia, ami csak már létező, betáplált mintázatok alapján működik, meghaladhatná az eredetien gondolkodó emberi elmét, új értékrendet, korábban nem létező alapvetéseket tegyen.

Marcel Duchamp egy közönséges, szaniterboltban vásárolt piszoárt küldött álnéven a Függetlenek Szalonjára *(Parisian Salon des Indépendants)*, ráírta „R. Mutt, 1917", a műnek pedig a *Forrás* címet adta. A kiállítás rendezői – noha korábban megállapodtak abban, hogy nem zsűriznek, hajlandók elfogadni bármilyen beérkező művet – megtagadták a vizelde kiállítását. „A Forrás nagyon hasznos tárgy lehet a maga helyén, de az a hely nem egy művészeti kiállítás, mert ez a tárgy semmiképpen nem nevezhető műalkotásnak" – közölte az igazgatótestület az újságírókkal, amikor a vitás ügyről érdeklődtek. A testület zavara és véleménye méltányolható. Ugyanúgy gondolkodtak, ahogy azt a mesterséges intelligencia tette volna a helyükben. Hiába kutattak a kiállítás rendezői a neuronhálózatukban – a mesterséges intelligencia is hiába kutatott volna az algoritmusokban –, ilyen mintázatot nem találtak. A provokatív francia művész alkotása mégis a 20. és a 21. század talán legnagyobb hatású műve lett, a kópiái is milliókért keltek el, mert felforgatta a hagyományos

gondolkodást, a modern művészetben elsőként világított rá a kreativitás és a talált tárgy, az eredeti és az utánzat, a művészi színvonal és a műkereskedelem, a művészi szabadság és a művészi hagyományok számos, máig vitatott ellentmondására.

Noha a mesterséges intelligencia ugrásszerű fejlődése egyelőre a jövő dilemmái közé tartozik, a digitalizáció szerepének átalakulása – kiváltképp a világjárvány hatására – már a jelen húsbavágó problémája. Az IMF szerint például a távmunka mértékének kényszerű felgyorsulása még nagyobb társadalmi egyenlőtlenséggel járhat. A vizsgált 35 országban százmillió ember számára okozhat nehézséget a technikához való megfelelő hozzáférés hiánya. Átalakulhat a globalizáció jelenlegi formája is. Ha a multinacionális vállalatok, amelyek az olcsóbb munkaerő érdekében gazdaságilag elmaradottabb országokba helyezték át a gyártást, visszaviszik a termelést az anyaországokba, megnőnek az előállítási költségek, ami felhajtja a termékek árát, és széles tömegek számára szűnnek meg a munkalehetőségek a gazdaságilag fejletlenebb országokban. Teljes iparágak kerültek máris nehéz helyzetbe – többek között a légiközlekedés, a turizmus, a vendéglátóipar, a kereskedelmi hálózatok, a szórakoztató-

és művészeti ipar –, kormányok és bankok mentőcsomagjaira, hiteleire szorulnak, ami befolyásolja majd a nemzeti jövedelmet és a bankrendszert. Sürgetővé válik a közpénzből fizetett nemzeti egészségügyi ellátórendszer fejlesztése a magánegészségügy rovására, mert az utóbbit sokan nem tudják megfizetni. A kontaktkutatás által használt telefonos követő applikációk, valamint a kötelező tesztek következtében sérülnek a személyiségi jogaink, miközben a központi hatalom befolyása egyre csak nő. Egyes szakértők szerint akár a teljes gazdasági és politikai világrend is átalakulhat a nemzetközi szövetségi rendszerekkel és a különböző országok stratégiájával együtt – tovább nő a bizonytalanság.

A járvány kapcsán egyelőre azonban még csak annyit látunk, amit már korábban is tudtunk, hogy az ember bonyolult és összetett lény. Képes maga és mások érdekében szabályokat követni, maszkot hordani, bezártságban élni, ha szükséges munkában, tanulásban és a társas kapcsolataiban átváltani a közvetlen emberi kommunikációról online üzemmódra. Tud megható módon – magának és másoknak is lelki vigaszt nyújtva – ismeretlen szomszédokkal erkélyen énekelni, képes tettekkel és anyagilag nagyvonalúan segíteni a

rászorulókon. Másfelől meg tud önző módon még ilyen vészhelyzetben is csak a saját meggazdagodására gondolni, kirabolva azokat az embertársait, akiket a vírus gazdasági hatásai már amúgy is a földbe döngöltek. Egyik változat se ismeretlen. Láthattunk hasonlót a háborúk és a természeti katasztrófák idején is. Az ember nem jó és nem rossz, az ember: az ember. Még a rongy ember is – aki nem úgy viselkedik, ahogy az egy embertől elvárható –, az is ember. *„Ami az: az. Ami nem az: az is az”*– mondta Csuang-ce, ugyebár.

Több haszonnal kecsegtetne és közelebb járnánk a valósághoz, ha az emberekhez nem érzelmi alapon közelítenénk, hanem igyekeznénk megérteni a viselkedésük mozgatórugóit. Utálni őket azután is ráérünk. Talán az is hasznosabb lenne, ha nem egy megfoghatatlan boldogságban reménykednénk, és amikor nem sikerül elérni a lehetetlent, haragunkat csalódottan a világ ellen fordítanánk, hanem megpróbálnánk megérteni a világ működését, beleértve az előttünk álló újabb traumákat is. Igen ám, de milyen modell szerint? Hiszen a világ természetét a tudósok is csak modellekben próbálják leírni.

„A valóság alaptermészete a bizonytalanság”

A Holdra lépő ember űrcsizmája nemcsak a holdfelszínen, hanem az illúzióinkon is mély nyomot hagyott. Bolygónk egyetlen társáról, szerelmes versek, slágerek, spirituális és fantasztikus álmok főszereplőjéről kiderült, hogy csak kietlen táj, kő, por és fájó, végtelen csend. De a tudomány nemcsak új szorongásokkal, hanem új élményekkel, új szemlélettel is megajándékozott bennünket.

A létező világ egy részéről a 20. századig alig volt tudomásunk. A speciális erősségű és felbontású teleszkópok, kamerák, mikroszkópok kiterjesztették a szemünk által érzékelhető tartományokat a makro- és a mikrovilágban.

Korábban sosem láthattuk a galaxisok varázslatos csillagfergetegét, nem láthattunk spirálban körtáncot járó kromoszómákat a DNS-ben, nem tudtuk elképzelni a vírust és az elemi részecskéket. A technika átformálta a szemléletünket, mást látunk, és másként látunk. Új tájkép tárult elénk.

Sokáig egész jól megvoltam anélkül, hogy a világ működésén gondolkodtam volna. Más dolgok foglalkoztattak. A gimnáziumi matematikát, fizikát, kémiát, biológiát réges-rég elfelejtettem, a humán tárgyak mindig jobban vonzottak. Talán, ha a matematika-, a fizika- és a kémiaórák nem a gyomorgörcsről és a nehezen megjegyezhető képletekről szóltak volna számomra, hanem egy varázslatos kalandozásról a sci-fi műveknél is elképesztőbb valóságban, és ha már akkor kiderül, hogy a természettudományos és a humán gondolkodás nem ellentétesek egymással, akkor engem is jobban érdekeltek volna ezek a tudományok. Őszülő fejjel döbbentem rá, hogy alapvető dolgokat nem tudok a világegyetemről, aminek mégiscsak a része vagyok, ami az otthonom, és az anyagról, amiből én magam is felépülök. Illetve mostanában már inkább leépülök.

Elkezdtem ismeretterjesztő természettudományos könyveket olvasni és filmeket nézni a modern fizika úttörőinek 20. század eleji felfedezéseiről, és sokkolt, amikor megtudtam, hogy a világ nem olyan, mint amilyennek képzeltem, mint amilyennek az emberiség évezredekig hitte. Pontosabban nem az egész emberiség, hanem csak a nyugati világ. Oppenheimer, Bohr és Heisenberg a kvantumfizika meghatározó tudósai korán fölismerték, hogy a modern fizika gondolkodásmódjának párhuzamai megtalálhatók az ázsiai miszticizmusban: a

hinduizmusban, a buddhizmusban és a taoizmusban.

Hogy a hétköznapi ázsiai ember számára valóban könnyebben felfogható-e az atomfizika, azt nem tudom, de azt igen, hogy a nyugati gondolkodás emlőjén nevelkedve, mint egy gyerek a cirkuszban, úgy álmélkodtam, amikor megtudtam, hogy a kozmikus tér, ami szabad szemmel üresnek látszik (és amiről Newton is úgy gondolta, hogy „egy nagy, üres tartály, valamiféle hatalmas doboza a világegyetemnek”), valójában egy puhatestű anyag: gravitációs mező, ami hajlik, horpad, görbül. A Föld nem azért kering a Nap körül, mert „valami rejtélyes erő vonzza”, hanem a Nap meghajlítja maga körül a teret, és a bolygók, mint a golyók egy tölcsér peremén, úgy járnak körbe-körbe körülötte. Kiderült, hogy a kozmikus térben nemcsak a tér görbül és tágul, a csillagok nemcsak a fény útját hajlítják el, hanem görbül az idő is, szubatomi szinten pedig olyan jelenségek léteznek, amelyek nem feleltek meg az addig általános törvényszerűségként elfogadott newtoni fizikának.

Hétköznapi fejjel képtelenségnek tűnik, hogy valami egyidejűleg több helyen, többféle állapotban lehet jelen: például a fény és az anyag lehet hullám és részecske is. Hasonló paradoxonnak tűnhet, hogy valami egyszerre ott is van, meg nincs is ott, ráadásul sokkal rafináltabb módon, mint ahogy az okos lány oldotta meg a népmesében a király parancsát, amikor jött is, meg nem

is, hozott is, meg nem is. És nem a telefonunkra vagy lakáskulcsunkra kell gondolni, amelyekről pontosan tudjuk, hova tettük le, megesküdnénk, hogy az előbb még ott volt, és még sincs ott.

A kvantumfizikában az atommag körül keringő elektronok nem figyelhetők meg mindig, csak ha kölcsönhatásba kerülnek valami mással. Ezek a részecskék véletlenszerű „kvantumugrásokkal" közlekednek a pályák között, ráadásul az elektronoknak az egyik kölcsönhatásból a másikba történő átmenetei csak bizonyos mértékig kiszámítható valószínűséggel mennek végbe. Na, ez volt az a pillanat, amikor föltettem a két kezem, és azt mondtam, feladom. Később olvastam, hogy az akkoriban új gondolatokat még Einstein is képtelenségnek tartotta, Niels Bohr igyekezett éveken át meggyőzni zseniális szellemi mesterét az elmélet igazáról. A Nobel-díjas Bohr mondásával vigasztaltam magam: „Aki belegondol a kvantummechanikába és nem szédül el, az nem érti a kvantummechanikát". Nem mintha azt képzeltem volna, hogy pusztán azért, mert én is beleszédültem, mindjárt értettem a kvantummechanikát, de megnyugtatott a tudat, hogy lám, még a nagy Bohr is elbizonytalanodott.

A magam módján persze én is értettem. Csakhogy a „magam módja" általában nem természettudományos megközelítés, hanem mindig az emberre reflektáló, afféle

bölcsész okoskodás. Például, hogy miként lehet valaki egyszerre több helyen és többféle állapotban, arra számomra a legjobb párhuzamnak Cangjang Gyaco, a VI. dalai láma és a titokzatos Ettore Majorana tűnt, akiről mestere, a Nobel-díjas Enrico Fermi azt állította, olyan kaliberű tudós volt, mint Galilei és Newton.

Majorana, a briliáns elméjű fiatal olasz elméleti fizikus sejtéseit napjaink kutatásai igazolják, ám hiába biztatta Fermi, felismerései közül többet le sem írt, mert azokat túlságosan banálisnak tartotta: például a neutron első bizonyítását, amiért aztán később James Chadwick kapott Nobel-díjat. Majorana már harmincegy évesen a Nápolyi Egyetem professzora volt, majd a következő évben, 1938-ban Palermóban felszállt egy Nápolyba induló hajóra, de nem érkezett meg a dél-itáliai városba. Mindenhol keresték, még a haditengerészet is kutatott utána, azt feltételezték, talán a tengerbe zuhant, esetleg öngyilkos lett, vagy kirabolták és a vízbe hajították. Az is felmerült, hogy észrevétlenül lépett meg a hajóról a kikötőben, mert új életet akart kezdeni. Mindenesetre soha többé nem került elő. Igaz, az ötvenes években látni vélték Argentínában, másutt meg meséltek egy hajléktalanról, aki valaha világhírű fizikus volt, de biztosat senki sem tudott. Így abban az időben Ettore Majorana sem volt megfigyelhető, egyszerre volt élő és halott, egyszerre pihent a tenger mélyén és bujdokolt önkéntes

száműzetésben, mert a választ csak konkrét bizonyítékok adhatták volna meg, a tudósról azonban soha többé nem lehetett tudni semmi biztosat.

Mellesleg nekem is volt egy ilyen nagybátyám. Ferences szerzetes volt, mezítlábas barát. Emlékszem, kisgyerekként láttam utoljára. A fürdőkádban pancsoltam Pozsonyi úti társbérletünkben, ő mosolyogva bekukucskált az ajtórésen, s én csodálkozva néztem barna csuháját és télvíz idején is bőrsarus, mezítelen lábát. Búcsúzkodni jött. Azt mondta, eltűnik, soha többé nem hallunk róla, ne keressük. Még évtizedekig kutatott a család Matyi után, egy időben úgy hírlett, Ausztráliába ment, de hiába volt minden erőfeszítés, többé nem került elő. Később azt mesélték a szüleim, hogy a feltűnően szép fiú a nála húsz évvel idősebb felesége elől menekült, azért lépett be már a szerzetesrendbe is. De hiába vállalta a cölibátust, az asszony úgy se hagyta békén. Tudásunk szerint Kepes Matyi is egyszerre volt több helyen és több állapotban.

Amikor a dalai lámával való találkozásomra készültem, elolvastam őszentsége minden korábbi inkarnációját, mert a buddhizmus úgy tartja, hogy az újra megtestesült egyszerre egyedi, vagyis mindenki mástól különböző, s közben mégsem az, mert szükségszerűen következik a

régiből. Vagyis Tendzin Gyaco, a XIV. dalai láma különbözik is elődjeitől, de azonos is az előző tizenhárom dalai lámával. Úgy gondoltam, ahhoz, hogy őt megértsem, meg kell ismernem korábbi énjeit is. A buddhizmus szerint az ember és a világ anyagi és anyagtalan, testi és lelki jelenségek, ösztönös és tudatos cselekedetek egymástól függő alkotórészeinek kombinációi, amelyek születnek, változnak, meghalnak, újraszületnek egy örök körforgásban. Hasonlóan, mint az anyag a kvantummechanikában, ahogy a párhuzamot a nagy fizikusok is fölismerték.

Vonzanak a megfejtésre váró élettörténetek és a környezet béklyóiból szabadulni vágyó emberek, így aztán Tendzin Gyaco, a XIV. dalai láma korábbi inkarnációi közül a 17. század végén élt VI. dalai láma, Cangjang Gyaco története ragadott meg leginkább. Őszentségével való közel egyórás beszélgetésünk során egyetlen pillanatra hoztam zavarba, akaratom ellenére, amikor megkérdeztem tőle: ha ő valóban az összes elődjének új inkarnációja, akkor hogy tud azonosulni Cangjang Gyacóval. Meglepődött a kérdéstől, gyanakodva nézett rám, provokálom-e. Ettől meg én jöttem zavarba. Mondtam, hogy pusztán azért kérdeztem, mert számomra ő a legizgalmasabb valamennyi elődje közül. „Jó – mondta megnyugodva –, akkor majd beszélgessünk róla később!”

A VI. dalai láma hároméves volt, amikor a Nagy Ötödik

újratestesülése után kutató szerzetesek megtalálták, de a létét diplomáciai okokból még tizenkét évig titokban tartották, és az uralkodó régens a jövendő lámát eleinte szülőhelyén neveltette. A lhászai udvarban tizenöt évig azt állították, hogy a Nagy Ötödik mély meditációba merült, nem lehet zavarni, és a palota élete továbbra is úgy zajlott, mintha Loszang élne, miközben a holttestét a Potala palota egy eldugott zugában sóban tartósították. Nem csoda, hogy amikor a kínai császár és a mongol kán megtudta, hogy a tibeti kormányzó másfél évtizeden át az orruknál fogva vezette őket, zokon vették.

A leírások szerint Cangjang különleges képességei már kisgyerekkorában megmutatkoztak, lábai nyomot hagytak a kemény kőben, és puszta ujjával titokzatos jeleket tudott rajzolni a sziklákba. A pancsen láma irányításával fokozatosan beavatták a vallási tudnivalókba és az államügyekbe, de az ifjú dalai láma nem sok érdeklődést tanúsított irántuk. Ragyogó esze volt, mégis szinte minden vallási vizsgáján megbukott, nem kedvelte a pompát, lemondott a szolgákról, egyedül öltözködött és a vendégeit maga szolgálta ki. Tanítói megrökönyödésére egyházi kötelességeinél sokkal jobban vonzották a séták a természetben, a nők, a költészet és a kocsmázás, bordélyokba járt és szeretőket tartott.

Szerelmes versei a mai napig népszerűek Tibetben, a tibeti irodalom jelentős költői között tartják számon, de

az udvar szemében a legfőbb vallási méltóság megítélésénél mindez nem számított jó pontnak. A kínai császár és a mongol kán sem tudott mit kezdeni az isten-király életvitelének ellentmondásosságával, amiről egyik versében így ír:

Szeretőt keresni mentem,
lehullott a hó hajnalra.
Mikor lakom palotámban,
nevem: Szent Tudás őrzője.

Ha Lhászában lent csavargok,
ott úgy hívnak: vidám legény.
Titkom minek rejtegessem?
A hó rávall lépteimre.[3]

A VI. dalai láma egyre több fejtörést okozott a tibeti, a kínai és a mongol vezetésnek, s minthogy a pancsen láma győzködése sem használt, mi több, a fiatalember még szerzetesi fogadalmát is visszavonta, dalai lámát pedig nem lehet leváltani, praktikus megoldáshoz folyamodtak: úgy döntöttek, megölik. Bizonyára abban a reményben, hátha a következő inkarnációjának több esze lesz.

A merényletkísérletre úgy derült fény, hogy Cangjang és barátai az egyik kicsapongásuk alkalmával ruhát cseréltek. Éjszaka, hazafelé menet bérgyilkosok támadtak

rájuk, és azt a szerencsétlent ölték meg, aki a dalai láma jellegzetes, kék selyemruhájába bújt. Később a kán, a kínai császár jóváhagyásával elraboltatta őszentségét, de a tibetiek a segítségére siettek és megmentették. A kán azonban nem nyugodott bele a kudarcba, katonáival ismét elfogatta, de miközben Kína felé haladtak, a VI. dalai láma eltűnt. Azóta sem tudják, mi történt vele: meggyilkolták vagy megszökött. Az egyik tibeti legenda szerint feleségül vette egyik szerelmét, akihez sok verset írt, és az inkarnációt megkerülve utódjain keresztül él tovább.

Cangjang Gyaco is, akárcsak Ettore Majorana és Kepes Matyi – korlátozott ismereteink szerint legalábbis –, egyszerre volt több helyen és többféle állapotban.

Őszentségével később aztán már nem beszélgettünk a VI. dalai lámáról. Én nem tartottam illendőnek ismét szóba hozni, és ő se kapacitált.

Hogy ki, milyen utat választ magának, az gyakran rejtély. Egyáltalán mi választunk magunknak sorsot, vagy a sors választ minket magának?

Vajon nem pontosan úgy vagyunk-e mi is az életben, mint az elektronok: csak akkor létezünk, ha létrejön egy valódi találkozás valakivel, barátokkal, szerelmekkel, tanító mesterekkel; ha beleütközünk valamibe,

tapasztalatokba, eszmékbe, amik aztán meghatározók lesznek, és így változunk egyik „kölcsönhatásból” a másikba? Vajon nem olyan-e minden igazi nagy találkozás, mint az anyag és az antianyag találkozása, amelynek során kölcsönösen megsemmisítik egymást, majd ebből energia szabadul fel? Én legalábbis képtelen lennék szétszálazni, hogy életem melyik szellemi kapcsolata, szerelme, pillanata milyen nyomot hagyott a gondolkodásomban, az értékrendemben, a világképemben, hogyan semmisítette meg korábbi énemet. Léteznék-e, pontosabban: *én* volnék-e azok nélkül a találkozások és kapcsolatok nélkül, aki most vagyok?

Megrázott a felismerés, hogy a világegyetem működése csak valószínűségi jóslatokkal fogható fel. A tudomány folyamatosan továbbfejlesztett modellekben igyekszik leírni a valóságot. Vajon segíthet-e a bizonytalanságaink feloldásában, ha a hétköznapi életben jól működő klasszikus fizika mellett az atomfizika gondolkodási modelljeit is segítségül hívjuk?

A hétköznapi gyakorlatban természetesen senkit nem buzdítanék arra, ha egy vasúti átjárónál jön a vonat, azon kezdjen töprengeni, hogy a robogó jármű vajon ott van-e, vagy nincs, vagy azt lesse, hogy az összeütközésnél

milyen energia szabadul fel. A fizikai világban maradjunk csak továbbra is Newton jól bevált tanításainál. A kérdésem inkább arra utalt, hogy miként lehetne a világot nem leegyszerűsítve, görcsösen a bizonyosságba és az egyértelműségbe kapaszkodva szemlélni, hanem inkább megbarátkozni a gondolattal, hogy *„a valóság alaptermészete a bizonytalanság*” – ahogy Niels Bohr fogalmazott.

De hogy az ördögbe lehet a bizonytalanságot elfogadni, kérdezhetjük, amikor csecsemőkorunktól kezdve a biztonságra, a kiszámíthatóságra törekszünk? Az ember nehezen tűri a bizonytalanságot, mert úgy érzi, az a biztonságát veszélyezteti. A szűkebb és tágabb környezetünkről szerzett tudásunk a biztosítéka annak, hogy kiszámíthatóvá válik a jövő, nem érhet bennünket veszély, kellemetlen meglepetés. A biztonság iránti szükségletünk alapvető pszichológiai ösztön, és nemcsak fiziológiai szükségletről van szó, hanem lelki- és érzelmi biztonságot adó szociális hálóról is.

Nyilvánvalóan erről se kellene lemondanunk. Azonban meg kellene tanulnunk elfogadni a kételyt is. Mert az egyértelműség görcsös keresése közben kiszolgáltatottak leszünk a leegyszerűsítő, hibás magyarázatoknak.

A Bertrand Russellnek tulajdonított kijelentés szerint: *„Az a baj a világgal, hogy az ostobák és a fanatikusok mindig magabiztosak, az okosok pedig tele vannak*

kételyekkel.” Ami egyébiránt érthető, hiszen, ha felmerül egy probléma, az okos ember több lehetséges megoldást is mérlegel, míg az ostobának jó esetben egy válasz jut az eszébe, rosszabb esetben egy sem, inkább megvárja, amíg valaki (esetleg egy másik hülye) tanácsot ad neki, aztán azt lelkesen támogatja.

Ez a vezetőkre és a politikusokra is érvényes, így, ha valaki magabiztosan állítja, hogy a tudás birtokában van, azonnal fogjunk gyanút, és kerüljük el nagy ívben!

Az időszámítás körüli évszázadokban élt sztoikusok gondolkodása rokon némiképp azzal, amire gondolok. Seneca figyelmeztet rá: hajlamosak vagyunk azt képzelni, a világra sokkal nagyobb hatással vagyunk, mint valójában. A valóságot, mások viselkedését akarjuk a saját szájunk íze szerint átalakítani, s minthogy ez lehetetlen, csalódunk, dühbe jövünk, ez az oka a boldogtalanságunknak.

Nyugodt, kiegyensúlyozott embernek tűnök, de gyerekkorom óta két dolgot nehezen viselek: az igazságtalanságot és a korlátozást. Ha számomra felháborító eseményekről olvasok, ha aljassággal, hazugsággal, védtelen emberek kiszolgáltatottságával találkozom, és úgy érzem, tehetetlen vagyok, nincs lehetőségem változtatni rajta – másokhoz hasonlóan –,

felháborodok és elkeseredek. De ez a felháborodás nemcsak érthető és fontos jelenségeknél fordul elő nálam, hanem néha egészen nevetséges, kisszerű helyzeteknél is. Nehezen szánom rá magam, de elmesélek egy történetet, amiből nem biztos, hogy rokonszenvesen kászálódok ki, de példának talán tanulságos. A dühkitörésem olyasmiben is megnyilvánult például, ha vezetés közben egy autós igazságtalanul rám dudált, vagy legalábbis én igazságtalannak éreztem, olyankor felforrt az agyvizem. Ez persze még azelőtt történt, hogy sztoikus és zen buddhista lettem volna… Egy alkalommal, amikor egy ilyen helyzet előállt – éppen rossz napom volt aznap, meg ugye a sanyarú gyerekkor –, felszívtam magam, és pontosan úgy, ahogy az indulatkezelési problémákkal küzdők teszik, beletapostam a gázba, a másik autó után eredtem, és magamból kikelve, az öklömet ráztam a sofőrnek. Ő mosolygott és elhajtott. Majd néhány nappal később e-mailt kaptam a következő szöveggel: „Kedves Kepes úr! Én voltam az autós, akinek argentin temperamentumával az öklét rázta. Mi nagyon kedveljük magát és féltjük. Ne idegeskedjen, mert árt az egészségének! És közlekedjen szabályosan, mert nagyon sajnálnánk, ha baleset érné. Üdvözlettel, X. Y.”

Nagyon elszégyelltem magam. Nem elég, hogy a másik autós felismert, ráadásul az érdeklődése is vitathatatlan volt irántam, hiszen még az élettörténetemet is ismerte,

ám ahelyett, hogy visszaanyázott volna, türelmesen, empátiával viszonozta a tapló viselkedésemet. Újra elolvastam a levelet, néztem az aláírást, nem maga Seneca ült-e a másik autóban. Mintha hirtelen megvilágosodtam volna. A másik autós példája arra intett, hogy az indulatos reakcióinktól – még ha esetleg igazunk is van – az égvilágon semmi nem változik, csak magunkat mérgezzük vele, csak mi leszünk tőle zaklatottak. Az is teljesen felesleges, hogy ilyenkor másokat okoljunk – még ha ők idézték is elő a helyzetet –, hiszen őket nem tudjuk megváltoztatni, legfeljebb a saját reakcióinkat. És ez nem belenyugvást vagy megalkuvást jelent, hanem elfogadást. Vagyis nem azt jelenti, hogy ha valamivel elégedetlenek vagyunk, ne törekedjünk a megváltoztatására, hanem hogy a gondolkodás, a belátás képességével igyekezzünk a teljesen értelmetlen negatív érzelmeinktől megszabadulni.

Ha bizonyosságra, egyértelműségre vágyunk egy bizonytalan világban, akkor kiszolgáltatottak leszünk és megkeseredünk. „Annak belátása, hogy biztonság nem létezik, sokkal többet ér, mint ha elfogadjuk az állandó változás elméletét, sőt még az élet mulandóságának meglátásánál is több” – írta Allan Watts.

Egy krízis önmagában senkit nem tesz bölcsebbé, csak azt, aki megérti az okokat, felismeri a változás szükségességét, a megoldások útját, és végül hajlandó

elindulni ezen az úton.

A változás persze mindig kockázattal jár, de egyre-másra kiderül, hogy a változás hiánya is. Mert nemcsak a rossz az ellensége a jónak, hanem a darwini etológia tanulsága szerint a jobb is túléli a jót. Muszáj kockáztatnunk, ha új dolgokat akarunk felfedezni és akkor is, ha kiderül, rossz úton járunk. Márpedig mostanában naponta kapjuk a figyelmeztetést, hogy az élet számos területén zsákutcába jutottunk: a fogyasztási és a hatalmi őrületünkben, a pénz-, a boldogság- és a sikerhajhászásban, a természethez fűződő kapcsolatunkban, az életmódunkban, a közösséghez és egymáshoz való viszonyunkban. Változás után sóvárgunk, miközben nem merünk kimozdulni a komfortzónánkból. Pedig, ahogy Einstein mondta: *„Valamit újra és újra ugyanúgy ismételni, s közben azt várni, hogy az eredmény más legyen, az maga az őrültség.”*

Amikor idáig jutottam az okoskodásban, és már azzal hitegettem magam, hogy én aztán igazán mindent megtettem a változásért, már kezdtem magam bölcsnek és boldognak érezni, akkor egy körforgalomban ismét „igazságtalanul” rám dudáltak. És nekem megint ugyanúgy eldurrant az agyam, ugyanúgy görcsbe rándult a gyomrom, mint korábban. Be kellett látnom, kicsit még

várnom kell a hőn áhított sztoikus nyugalomra és a zen buddhista derűre. Kis híján úgy jártam, mint amit egy szilveszteri évértékelőben olvastam egyszer. Valaki azt írta: „Köszönöm mindazoknak, akik az elmúlt évben megbántottak, becsaptak, megaláztak, mert ezekből az emberpróbáló helyzetekből nagyon sokat tanultam, megismertem a belső erőmet, most már tudom, hogy képes vagyok elengedni az ilyen helyzeteket, meg tudom zabolázni az indulataimat. – Aztán hozzáfűzte: – Csak vicceltem! Dehogy köszönöm nekik! Menjenek az anyjukba!”

Valamikor a családi veszekedéseknél mindig elálmosodtam és ásítozni kezdtem. Nem akartam én bosszantani a feleségeimet, csak lenyeltem a felindultságomat, „jófiú” akartam lenni, a feszültségtől oxigénhiányom lett, és elálmosodtam. Az őrületbe kergettem a feleségeimet azzal, hogy ők még örömmel veszekedtek volna, én meg hatalmas ásítások közepette elvonultam aludni. De ettől én se lettem nyugodtabb. A lenyelt feszültségek rombolnak. Meggyőződésem, hogy húsz éve az MTV-vel és a TV2-vel folytatott csatározásaim során elfojtott indulataimtól lettem rákos. Harmadik feleségem féltett az újabb betegségtől, és megtanított veszekedni. Marcsi előttem egy nápolyi fiúval élt együtt

nyolc évig, ott aztán nem volt se zen, se sztoicizmus, a déliek kulturálisan hozzák magukkal a tudást, miként kell egy kiadós ordibálással megszabadulni a feszültségtől, hogy ne magukat mérgezzék. Végre én se ásítoztam, én is fel tudtam emelni a hangom, világosan el tudtam mondani, mi bánt, méghozzá úgy, hogy az ne legyen sértő, az érzéseimről szóljon, ne őt minősítsem. Miért ne lehetnék én is bosszús, ha valami bosszantó dolog történik? Ez teljesen normális, a lényeg, hogy fel tudjam dolgozni a haragomat és ne keseredjek meg.

Lehet, hogy ez volna, így együtt a megvalósult boldogság és bölcsesség? Amikor nem anyagi javaktól, hatalomtól, sikertől reméljük a boldogságot, nem azon emésztjük magunkat, hogy nem tudjuk a másikat a saját képünkre formálni, miközben magunkat se hagyjuk nyomasztani, hanem a tudatosság segítségével felülemelkedünk a frusztráló helyzeteken? Amikor képesek vagyunk belátni a hibáinkat, amikor nem ragaszkodunk a fekete-fehér válaszokhoz, amikor megbarátkozunk a bizonytalansággal és kétellyel? És amikor még az ilyen okoskodó bölcselkedésünkben is képesek vagyunk kételkedni…

Lehet, hogy Ruminak, a 13. századi perzsa misztikus költőnek volt igaza? *„Tegnap okos voltam, így meg akartam változtatni a világot. Ma bölcs vagyok, így megváltoztatom magam.”*

[1] Tandori Dezső fordítása

[2] A helyes válaszok: 1/C; 2/B; 3/C; 4/C; 5/C; 6/C.

[3] Sári László prózafordítása nyomán fordította Rab Zsuzsa.